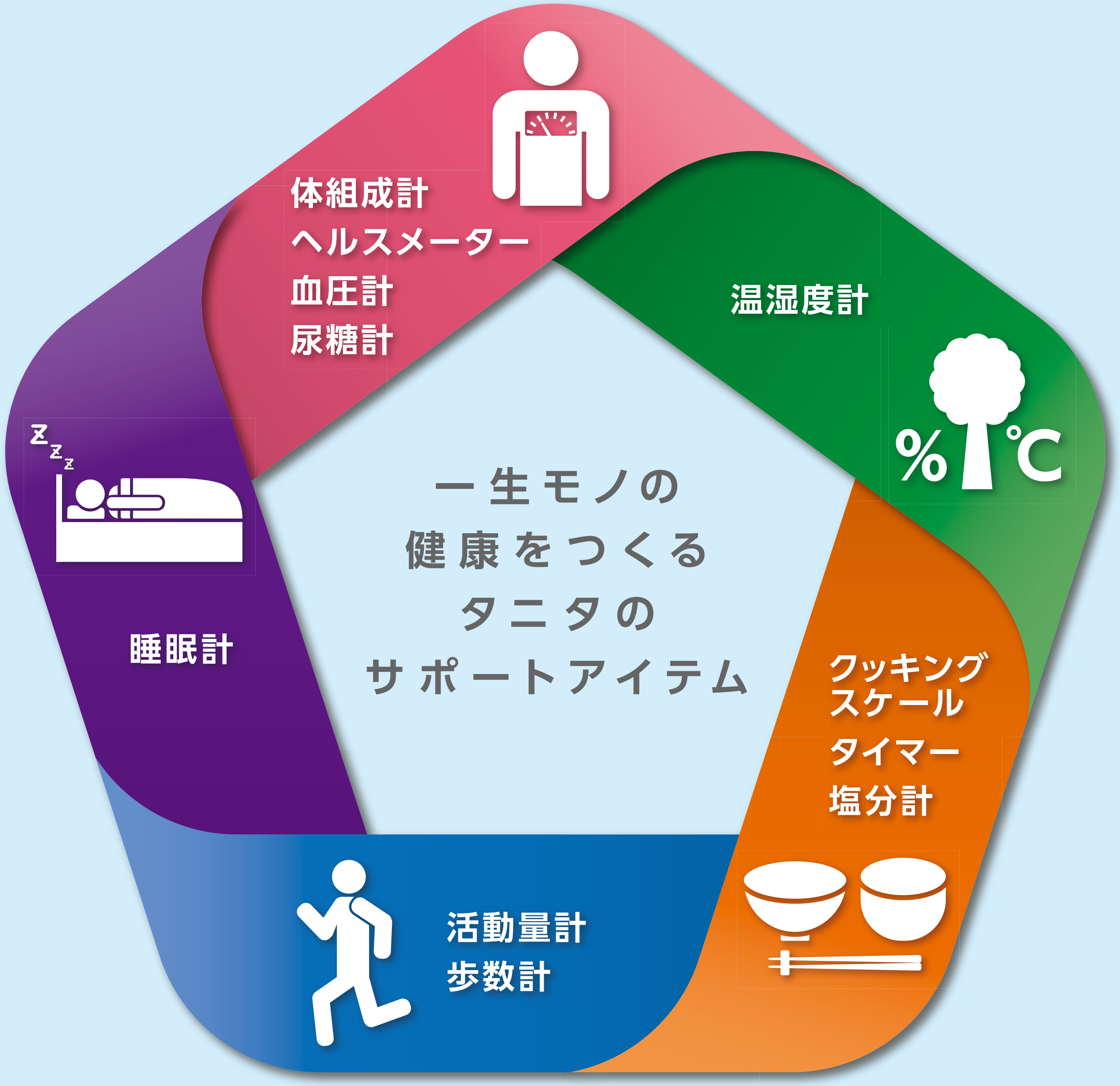
健康機器カタログ

BEST SELECTION **2014-2015**

「健康をはかる」から「健康をつくる」へ



Prevent Obesity

タニタは肥満予防活動を応援しています。

■タニタの商品を支える厳しい品質管理

世界のお客様に最高の満足を提供します。

ISO9001

株式会社タニタ
登録番号 JQA1077

株式会社タニタ
株式会社タニタ秋田
ISO 9001
登録番号:JQA1077
適用範囲:「はかり及び付加機能付きはかり(医用機器含む)、ヘルスケア商品の設計、開発、製造、及び付帯サービス(修理)」

ISO9001

東莞百利達健康器材有限公司(中国)
ISO 9001
適用範囲:「はかり及び付加機能付きはかりの設計及び製造」

経済産業大臣より「指定製造事業者」に指定。

経済産業省
指定製造事業者
No.020502

株式会社タニタ秋田
事業の区分:
質量計第一類
指定番号:020502

ヨーロッパの医療機器規格(MDD)を取得。

株式会社タニタ
株式会社タニタ秋田
規格番号:ISO13485
適用範囲:「脂肪計及び体外診断用医療機器のEU内に販売される医用体重計及び脂肪計の設計、製造、販売及び付帯サービス」

株式会社 タニタ

お客様サービス相談室　ナビダイヤル(有料) 0570-099655
受付時間 9:00～18:00(土日祝日を除く)

インターネットホームページ http://www.tanita.co.jp
ツイッター：https://twitter.com/TANITAofficial
フェイスブック：https://www.facebook.com/tanita.official

本社　〒174-8630 東京都板橋区前野町1-14-2　☎ 03(3558)8111(代表)　営業所／東京・大阪・名古屋・福岡・北日本

●このカタログの内容は2014年10月現在のものです。
●デザイン・仕様・価格は変更になることもあります。
●印刷の関係で色は実物と若干異なる場合があります。

©2014 TANITA Corporation.

安全にお使いいただくためのご注意

●ご使用の前に取扱説明書をよくお読みのうえ、商品を安全に正しくお使いください。
●注意シールが貼ってある商品をご使用の際は、記載内容をご確認のうえ正しくお使いください。
●ご使用方法がわからない商品に関しては、お客様サービス相談室までお問い合わせください。
●カタログの表示価格は、全て税抜価格となっております。

VEGETABLE OIL INK

タニタ商品のお買求めは当店へ……

AL00901C14 201410-1(TS)

おかげ様でタニタは
創立70周年を迎えました。

体重科学研究所のノウハウがつまったタニタ生活®

この習慣が健康のベスト　バランスをつくります！

1日1回
健康状態の確認

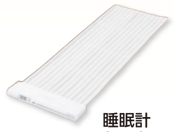
食事や運動の結果は、体重や体脂肪率などのカラダの状態に現れてきます。毎日決まった時間にチェックし、カラダの変化を確認しましょう。

体組成計
RD-901

P.03～

心とカラダの健康
睡眠の時間と質

よく眠れていないと仕事や学習の効率が下がるだけでなく、肥満の原因になるとも言われています。良い睡眠は時間だけではなく、眠りの質も関係します。睡眠の状態もチェックしましょう。



睡眠計
SL-504

P.19～

健康に
動く

食べた分のカロリーはその日のうちに消費しましょう。活動量計や歩数計を毎日身に付けて、1日の総消費カロリーや歩数をチェックしましょう。

活動量計
AM-140

P.21～

野菜やごはんの
適量をはかる

タニタ食堂では主菜・副菜・汁物・ごはんを組み合わせ500kcal前後の栄養バランスの良い定食スタイルをとっています。食材や調味料、ごはんの量をはかることで効果的なカロリーコントロールができます。

デジタル
クッキングスケール
KD-195

P.27～

健康に
過ごす

近年、暑い時期になると、熱中症を発症する方が増加しています。また、寒くて乾燥する時期には、季節性インフルエンザが流行するので注意が必要です。疾患の予防や日常的なカビの対策にも適正な温度、湿度を保ちましょう。

デジタル温湿度計
TT-550

P.37～

2003年誕生。

タニタの「体組成計（たいそせいけい）」ならいろいろわかる。

体重
健康状態を知るための基本。定期的に体重を測定し、変化を把握することが必要です。

体脂肪率
体内に占める脂肪組織の割合。肥満は体重ではなく体脂肪率で判断します。

内臓脂肪レベル
腹筋の内側、内臓の周りに付いた脂肪のことを内臓脂肪と言います。

筋肉量
姿勢を保ったり、心臓を動かしたりしている筋肉組織の重さを言います。

基礎代謝量
基礎代謝とは、生きるために最低限必要なエネルギーのことを言います。

体内年齢
体組成と基礎代謝の年齢傾向からどの年齢に近いか体内年齢として表示します。

推定骨量
骨全体に含まれるカルシウムなどのミネラルの重さを骨量と言います。

体水分率
体内に含まれる水分（血液、リンパ液、細胞外液、細胞内液）などを言います。

BMI
肥満を判断する国際基準の1つで、体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出します。

左右部位別測定
右足・左足・右腕・左腕・体幹部それぞれの部位ごとの筋肉量と体脂肪率がわかる機能です。

女性ダイエットモード
女性のホルモンバランスにより、ダイエットに適した時期などをお知らせします。

体組成とは?
体を構成する組成分で、脂肪・筋肉・骨・水分などがあります。脂肪が多過ぎる、筋肉が少な過ぎる…などの体組成の乱れは生活習慣病や体調の乱れにもつながります。体組成を意識して、健康的な生活に役立てましょう。

体組成測定の原理
「脂肪はほとんど電気を通さないが、筋肉・水分は電気を通しやすい」というように、体内の組成、成分により電気の通りやすさが異なります。この性質を利用し、体の電気抵抗をはかることで体組成を推測しています（生体インピーダンス法）。

▷MBA判定ついては4ページをご覧ください。 ▷ペット体重モードについては9ページをご覧ください。 ▷アスリートモードについては11ページをご覧ください。

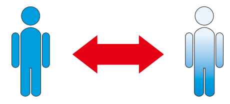
体組成計のパイオニア、タニタだから自信を持っておすすめできます！

タニタは体組成研究のパイオニア。医学・生理学分野での学会発表件数もトップクラスです。
豊富な臨床試験に基づいて技術革新を進め、医療分野用の商品も数多く販売。その技術を家庭用にも展開しています。

■安心の品質管理
タニタ商品は、ISO9001認証を取得した自社工場で生産しています。

■高精度50g測定
体重50g単位の高精度測定でわずかな変化も見逃しません。
二目盛以内の精度を100kgまで保証しています。

■どんな測定方法でも正確測定！
カラダの中の水分は常に変化しています。



リアクタンス
テクノロジー搭載

タニタの体組成計なら体内水分の移動による誤差を防ぎ、水分量の変化にも対応して、しっかり測定します。

■乗るピタ機能でカンタン測定！
乗るピタ機能とは、体重とカラダの電気抵抗値から、乗った人を自動で見分ける機能です。いままでは測定前にしゃがんでボタンを押してから測定していましたが、「乗るピタ機能」付きの体組成計なら、ただ乗るだけで測定がスタートし、約8秒で結果を表示します。

※初回のみ個人登録が必要です。※機種や測定条件により測定時間は異なります。

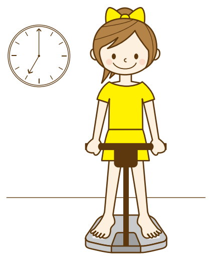
乗るピタ機能が付いている機種は 乗るピタ が目印です。

健康をはかる

体組成計 / ヘルスメーター / 健康応援Webサービス / 血圧計

タニタ生活

タニタ生活を継続するのに必要なこと、それは毎日決まった時間にカラダをはかることです。「1日のスタートに朝はかる」「お風呂に入る前にはかる」など、ご自分のライフスタイルに合わせて時間を決め、1日1回以上は必ずはかることをおすすめします。



体組成計で毎日チェックがポイント!

1. **体重は50g～100g単位でわずかな変化を知ろう**
   毎日わずか50g減らすだけで、30日で1.5kgも減量できます
2. **体脂肪率は必ずチェック!**
   肥満かどうかは体重ではなく体脂肪率が基準となります
3. **基礎代謝量と筋肉量も忘れずにチェック!**
   筋肉が増えると基礎代謝量がアップし、太りにくいカラダになります

体組成計 ISO9001 対象商品

50g単位の高精度測定。MBA判定でアスリートと比較しながら理想のカラダづくりが可能。

MBA判定 / SDカード

InnerScan 50V BC-622

体組成計 左右部位別インナースキャン50V BC-622
オープン価格

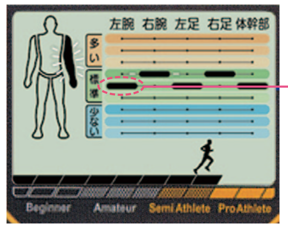
BC-622-BK(ブラック)
4904785 813946

最大計量150kg	最小表示50g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	Vピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D384×W320×H57mm(約2.5kg／乾電池含)
●主な付属品:SDメモリーカード、単3乾電池4本　●製造国:日本

5つの部位の体組成もわかる

全身+5つの部位別(右腕・左腕・右足・左足・体幹部)ごとの体脂肪率と筋肉量を測定することができます。



上部画面の表示に合わせて判定バーやグラフィックが点滅し、今どこの部位を表示しているのかわかりやすく表示します。

各部位の体脂肪率、筋肉量を3段階(9ブロック)で判定

測定データはSDメモリーカードに自動で保存

カラダ管理がパソコンで簡単にできます。測定終了後、付属のSDメモリーカードに自動で測定データを記録。5人分のデータが残せます。

データ管理ソフト「ボディマネージャー」 Bodymanager

データ管理用アプリケーションソフト

測定データは、折れ線グラフや棒グラフで管理ができます。その日の体調や出来事、食事内容を記録しておけば、カラダ管理の振り返りもできます。

管理ソフトに関する詳細は7ページをご覧ください。

SDカード SDメモリーカードに測定結果を自動的に保存します。　右足・左足・右腕・左腕・体幹部それぞれの部位ごとの筋肉量と体脂肪率がわかる機能のことを言います。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。

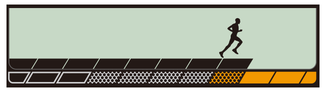
MBA判定(My Body Analyzer)

InnerScan 50V BC-622

1000人を超えるアスリートデータと、筋肉の質や付き方のバランスを比較し、どのくらいアスリートの筋肉特性に近いかを4つのタイプに分けて判定します。

ビギナー(Beginner):運動習慣のあまり無い人や、運動を始めたばかりの筋肉特性の人です。
アマチュア(Amateur):日常生活に運動を取り入れていたり、今の体型を維持しようとしている人です。
セミアスリート(SemiAthlete):プロに近いレベルで筋肉が発達している人です。
プロアスリート(ProAthlete):プロとして活躍しているアスリートと同等のレベルの筋肉特性の人です。

<MBA判定の表示例>



実際の画面では4段階のうち該当するイラストのみ表示され、バーの先端が点滅します。

MBA判定(My Body Analyzer)とは?

アスリートは、水分、電解質の多い組織である「筋肉」が豊富で、筋繊維が太く、筋肉細胞の特性も運動習慣のない方とは異なることが知られています。こうした筋肉の特性と筋繊維の電気的性質、細胞内液・外液のバランス、部位別筋肉バランス等から、統計的に評価したものがMBA判定です。

※17才以下の方は表示されません。

Vピタ機能

InnerScan 50V BC-622

個人データを登録しておくと、自動的に個人を認識して測定します。Vピタ機能(自動認識機能)を搭載したことで、従来の部位別体組成計に比べ、簡単・高速測定が実現しました。

Vピタ機能とは?

スイッチを押す

グリップを持って乗る

誰が乗っているかを自動判別

内臓脂肪レベルも部位ごとの体脂肪率と筋肉量も詳しくわかる。

InnerScan V BC-612

体組成計 左右部位別インナースキャンV BC-612
オープン価格

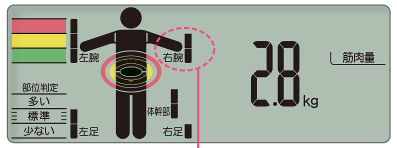
BC-612-GD(メタリックゴールド)
4904785 810815

最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	Vピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D344×W320×H54mm(約2.3kg／乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本　●製造国:日本

5つの部位の体組成もわかる

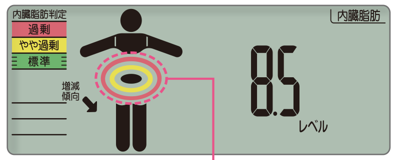
全身+5つの部位別(右腕・左腕・右足・左足・体幹部)ごとの体脂肪率と筋肉量を測定することができます。

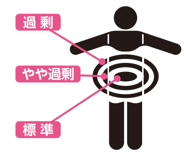


各部位の体脂肪率、筋肉量を3段階で判定

一目でわかる内臓脂肪判定

内臓脂肪レベルをわかりやすくグラフィックで表示します。





内臓脂肪レベルを3段階で判定

右足・左足・右腕・左腕・体幹部それぞれの部位ごとの筋肉量と体脂肪率がわかる機能のことを言います。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。

医療分野の技術をご家庭に innerScan DUAL

デュアル（=2種）の周波数で測定。タニタの先進技術を搭載した
プロフェッショナル体組成計と同じ精度の測定が、ご家庭でも可能になりました。

50g単位の高精度測定。
Dual周波数測定でカラダをより正確に把握!
iPhoneでもっと楽しく健康管理。

New　JIS規格適合商品　強化ガラス

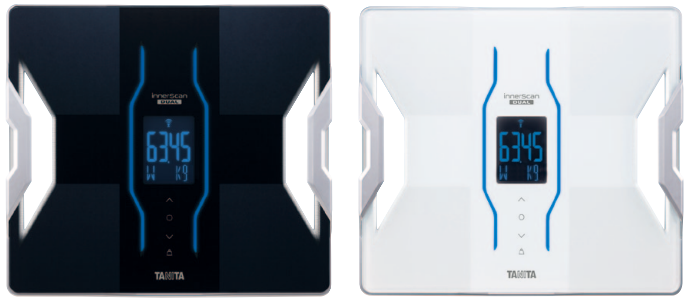
innerScan DUAL RD-901

体組成計 インナースキャンデュアル RD-901
オープン価格

最大計量180kg / 最小表示50g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D298×W328×H32mm（約2.1kg／乾電池含）
●主な付属品：アルカリ単3乾電池4本

※初回のみペアリングが必要です。
※専用アプリケーション（無料）のダウンロードが必要です。
※パソコンで測定データを管理することはできません。
iPhone専用アプリまたは対応テレビ（三菱電機「REAL」LS1シリーズ）でのみ管理できます。



RD-901-BK（ブラック）
4904785 814974

RD-901-WH（ホワイト）
4904785 815131

Dual周波数測定でカラダをより正確に把握!
iPhoneでもっと楽しく健康管理。

New　JIS規格適合商品　強化ガラス

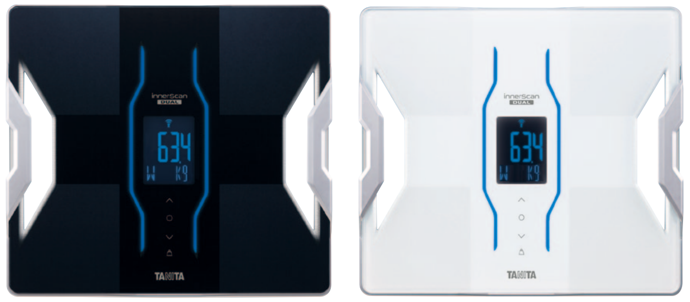
innerScan DUAL RD-900

体組成計 インナースキャンデュアル RD-900
オープン価格

最大計量180kg / 最小表示100g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 * / 体内年齢 * / 推定骨量 / 体水分率 * / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D298×W328×H31mm（約2.1kg／乾電池含）
●主な付属品：アルカリ単3乾電池4本

*基礎代謝量、体内年齢、体水分率は本体では表示されませんが
iPhoneアプリで見ることができます。（一部表示されないアプリ有り）
※初回のみペアリングが必要です。
※専用アプリケーション（無料）のダウンロードが必要です。
※パソコンで測定データを管理することはできません。
iPhone専用アプリまたは対応テレビ（三菱電機「REAL」LS1シリーズ）でのみ管理できます。



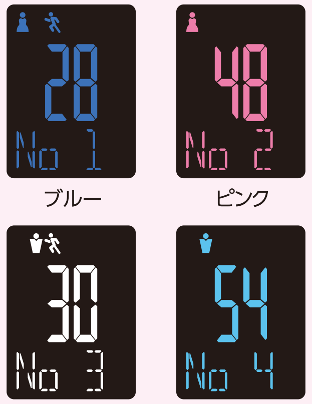
RD-900-BK（ブラック）
4904785 814950

RD-900-WH（ホワイト）
4904785 815124

バックライト搭載

innerScan DUAL RD-901、RD-900

登録番号によって選べる4色。



ブルー　ピンク　ホワイト　スカイブルー

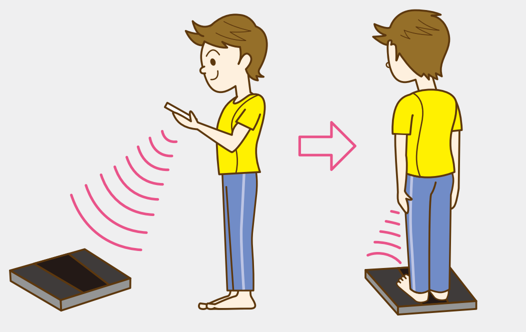
測定結果は、赤・黄・緑の3色でわかりやすく判定を表示。

表示例	●	●	●
体重／BMI	肥満度2以上	肥満度1・やせ	普通
体脂肪率	肥満	軽肥満・やせ	－標準・＋標準
内臓脂肪レベル	過剰	やや過剰	標準
筋肉量	少ない	—	標準・多い
基礎代謝量／体内年齢	少ない	—	標準・多い
推定骨量	少ない	やや少ない	標準・多い

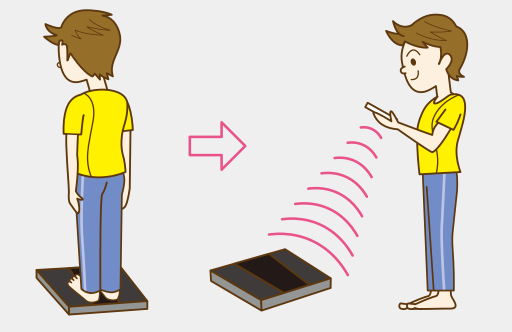
強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、飛び乗ったり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。
⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 ▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。
▶JIS規格適合商品についての詳細は30ページをご覧ください。

iPhone（4s以降）でもっと楽しく健康管理。
かがんでiPhoneをかざさなくても、立ったままでラクラク通信。

iPhoneから体組成計を起動し、測定結果をリアルタイムにデータで受信する場合



体組成計で測定して iPhoneでまとめてデータを受信する場合



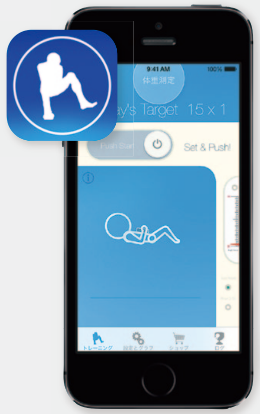
アプリは選べる4タイプ! ダウンロード無料

App Store からダウンロード

Health Planet

測定データのグラフ化で
健康的なカラダづくりを!

【機能概要】
・グラフ
・カスタマイズ
・クラウド連携



365日腹筋アプリ SitApp

割れた腹筋を手に入れる!
続けるための
本気のトレーニング

【機能概要】
・グラフ
・カレンダー連動
・リマインダー
・アイコンバッジ
・twitter、facebook、LINEへの投稿

ねんしょう! 2+

ツンデレファン必見!
超可愛いヒロインと一緒に
ランニングバトル

【機能概要】
・グラフ
・ハイブリッド型ランニング
・メッセージ
・エピソード
・カレンダー
・コレクション
・ランキング
・チャット

ふとしの部屋

トレーニングの成果が
貴方のふとしを
イケメンに!

【機能概要】
・グラフ
・エクササイズ履歴
・コミュニケーション
・ふとし着せ替え

※Apple、Appleロゴ、iPhoneは米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。App StoreはApple Inc.のサービスマークです。 ※Bluetooth®version4.0に対応しiPhone（4S以降）とデータ通信。
※「Bluetooth」は、Bluetooth SIG,Inc.の登録商標であり、株式会社タニタはライセンスに基づいて使用しています。 ※対応端末はホームページでご確認ください。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 ▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。

体組成計
ヘルスメーター
健康応援Webサービス
血圧計・電子尿糖計
睡眠計
活動量計・歩数計
電子塩分計・料理用温度計
クッキングスケール・タイマー
アルコールセンサー・ブレスチェッカー
温湿度計

脚の筋肉量がわかるアクティブ度搭載。
操作手順を音声表示と文字でお知らせ。

音声 New

InnerScan BC-210

体組成計 インナースキャン BC-210
オープン価格

BC-210-SV（シルバー） 4904785 815285
BC-210-RD（レッド） 4904785 815278

最大計量150kg / 最小表示100g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

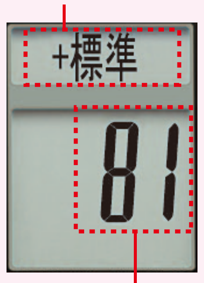
商品サイズ（質量）D296×W305×H43mm（約1.3kg／乾電池含）
●主な付属品：アルカリ単3乾電池4本 ●製造国：日本

アクティブ度
InnerScan BC-210

体重に占める脚の筋肉量の割合を指標化して表示します。
この値が高い程、若い頃の筋肉バランスに近いと言えます。

表示例

アクティブ度判定



アクティブ度

50g単位の高精度測定。
SDメモリーカードで思いどおりのカラダ管理。

SDカード

InnerScan 50 BC-309

体組成計 インナースキャン50 BC-309
オープン価格

BC-309-PR（パールホワイト） 4904785 811621

最大計量150kg / 最小表示50g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D291×W320×H37mm（約2.5kg／乾電池含）
●主な付属品：SDメモリーカード、アルカリ単3乾電池4本 ●製造国：日本

SDメモリーカードで思いどおりのカラダ管理。

SDカード

InnerScan BC-569

体組成計 インナースキャン BC-569
オープン価格

BC-569-GR（グリーン） 4904785 811607

最大計量150kg / 最小表示100g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D327×W330×H36mm（約1.5kg／乾電池含）
●主な付属品：SDメモリーカード、アルカリ単3乾電池4本

オート記録・オート管理

測定データをSDメモリーカードに自動記録、パソコンへ転送。記録と管理が簡単にできます。

折れ線グラフや棒グラフで確認できます。

その日の出来事、食事内容などを記入でき、グラフと共に生活習慣を振り返ることができます。

管理ソフト Bodymanager（ボディマネージャー）

対応OS	Microsoft®Windows®8、7の32bit版と64bit版（全て日本語版） Vista SP2以降、XP SP3以降の32bit版（全て日本語版）
対応PC	PC/AT互換機（PC-98シリーズは非対応）
必要メモリ	各OSの推奨メモリ容量以上
ハードディスク空き容量	20MB以上
カードリーダー	SD/SDHCメモリーカード（SDHCメモリーカードはSDメモリーカードのみに対応した機器では使用できません）
ビデオRAM	4MB以上推奨
ディスプレイ	解像度：1024×768ドット以上 表示色数：32ビットハイカラー以上

※工場出荷時に、Microsoft®Windows®8、7、Vista、XP（全て日本語版）がインストールされているもののみ対応。他のバージョンからバージョンアップした環境での動作保証はいたしません。
※本製品は日本国内に使用が限定されています。
海外での許認可を受けていないため、海外ではご使用になれません。
※Microsoft、Windowsは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における商標または、登録商標です。

SDカード SDメモリーカードに測定結果を自動的に保存します。 音声 音声で操作手順や結果をお知らせする便利な機能です。 DIET 女性のホルモンバランスにより、ダイエットに適した時期とそうでない時期をお知らせする機能のことを言います。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 ▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。

Androidスマートフォンで測定結果をチェック。
測定データを自動で通信端末に送信します。*

＊初回のみペアリングが必要です。
＊専用アプリケーション（無料）のダウンロードが必要です。
＊Android is trademark of google inc.

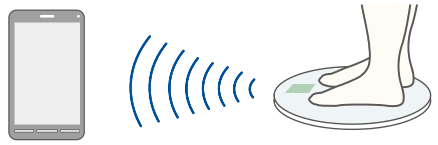
強化ガラス

InnerScan BC-505

Bluetooth通信 体組成計 インナースキャン BC-505
オープン価格

BC-505-PR（パールホワイト） 4904785 813472

Bluetooth®
測定データを自動転送



最大計量150kg / 最小表示100g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D340×W340×H34mm（約2.6kg／乾電池含）
●主な付属品：単3乾電池4本

※「Bluetooth」は、Bluetooth SIG,Inc.の登録商標であり、株式会社タニタはライセンスに基づいて使用しています。
※対応端末はホームページでご確認ください。

50g単位の高精度測定。見る角度によって色がかわるイリュージョンカラー。
最大1～18ヶ月前（月平均）のデータを保存。

InnerScan 50 BC-310

体組成計 インナースキャン50 BC-310
希望小売価格 ¥30,000（税抜）

BC-310-BL（オーロラブルー） 4904785 813335

世界最薄*！
15mm

最大計量150kg / 最小表示50g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D301×W304×H15mm（約1.5kg／乾電池含）
●主な付属品：補助脚、CR2032 コイン形リチウム電池2個 ●製造国：日本

＊2011年8月現在、日本、EU各国、米国で市販されているBIA式・体重50g単位の体組成計と比較して最薄。当社調べ。一部突起部は除く。

操作手順と測定結果を音声でお知らせ。
音声は切／小／大の3段階で切り替え可能。

音声

InnerScan Voice BC-202

体組成計 インナースキャンVoice BC-202
希望小売価格 ¥15,000（税抜）

BC-202-WH（ホワイト） 4904785 813038

操作ボタンは使いやすい
ユニバーサルデザイン。

最大計量150kg / 最小表示100g / 体脂肪率 / 内臓脂肪レベル / 筋肉量 / 基礎代謝量 / 体内年齢 / 推定骨量 / 体水分率 / BMI / 乗るピタ機能 / 過去データ

商品サイズ（質量）D300×W352×H37mm（約1.6kg／乾電池含）
●主な付属品：アルカリ単3乾電池4本 ●製造国：日本

強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、飛び乗ったり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。 音声 音声で操作手順や結果をお知らせする便利な機能です。

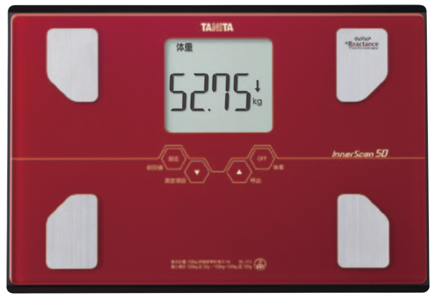
⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 ▶各商品の性能詳細は11～12ページもご覧ください。

強化ガラス

50g単位の高精度測定。
立てかけ収納もOK*!
ボタンを押さずにかんたん乗るだけ測定。

InnerScan 50 BC-313

体組成計 インナースキャン50 BC-313
オープン価格


BC-313-RD(メタリックレッド)
4904785 814547

BC-313-WH(パールホワイト)
4904785 814530

BC-313-BK(メタリックブラック)
4904785 814554

最大計量150kg	最小表示50g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D217×W316×H27mm(約1.5kg/乾電池含)
●主な付属品:単4乾電池4本
*収納時の立てかけ等で生じる誤差を、自動補正する機能が付いています。

強化ガラス

継続測定を応援するマイサポ機能搭載。
体重急激増減をブザーでお知らせ。
立てかけ収納もOK*!

New
JIS規格適合商品

体組成計 BC-758

オープン価格

BC-758-BL(ナイトブルー)
4904785 815452

BC-758-WH(パールホワイト)
4904785 815438

BC-758-PK(ローズピンク)
4904785 815445

最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D293×W286×H25mm(約1.7kg/乾電池含)
●主な付属品:単4乾電池4本
*収納時の立てかけ等で生じる誤差を、自動補正する機能が付いています。

ペットの体重をはかることができる
ペット体重モード搭載。

InnerScan BC-755

体組成計 インナースキャン BC-755
オープン価格

BC-755-GY(グレー)
4904785 813908

BC-755-IV(アイボリー)
4904785 813892

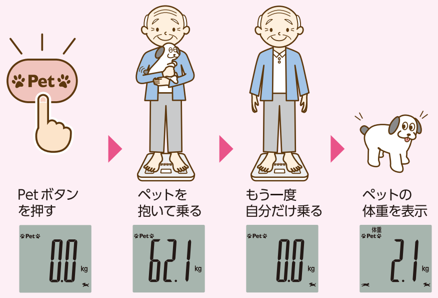
最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D280×W280×H39mm(約1.2kg/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本 ●**製造国:日本**

ペット体重モード
InnerScan BC-755

ペット体重モードを使用すると、ペットの体重をはかることができます。最大25kgまで測定でき、12回分の記録を日付とともに確認できます。

〈測定手順〉ペットの体重を測定する場合



ダイエットのチャンス日をランプでお知らせ。
軽くてコンパクトな設計。

体組成計 BC-757

オープン価格

BC-757-LP(サクラピンク)
4904785 814806

BC-757-WH(コットンホワイト)
4904785 814790

BC-757-BR(ウッドブラウン)
4904785 814813

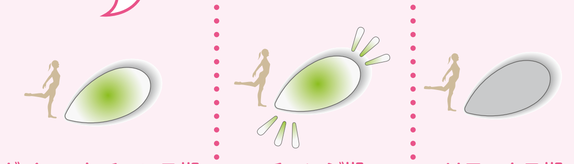
最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D226×W266×H34mm(約900g/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本

女性ダイエットモード
BC-757

月経開始日の登録により、ダイエットチャンス日をランプが光ってお知らせします。

ランプがついたらがんばろう!



※女性のカラダのリズムについては23ページをご覧ください。

操作いらずの乗るだけ測定。持ち運びしやすい軽量設計。

体組成計 BC-705N

オープン価格

BC-705N-WH(ホワイト)
4904785 814455

立ったままでも見やすい大型表示。

最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

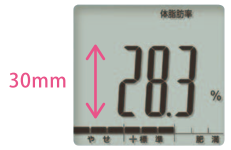
商品サイズ(質量)D285×W278×H36mm(約1.2kg/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本 ●**製造国:日本**

パッとはかれるシンプル機能。

体組成計 BC-754

オープン価格

BC-754-WH(ホワイト)
4904785 813786



立ったままでも見やすい大型表示。

最大計量150kg	最小表示100g	体脂肪率	内臓脂肪レベル
筋肉量	基礎代謝量	体内年齢	推定骨量
体水分率	BMI	乗るピタ機能	過去データ

商品サイズ(質量)D284×W284×H39mm(約1.2kg/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本

強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、飛び乗ったり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 各商品の性能詳細は11〜12ページもご覧ください。

JIS規格適合商品についての詳細は30ページをご覧ください。

女性のホルモンバランスにより、ダイエットに適した時期とそうでない時期をお知らせする機能のことを言います。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。 各商品の性能詳細は11〜12ページもご覧ください。

		BC-622	BC-612	RD-901	RD-900	BC-210	BC-309	BC-569	BC-505	BC-310	BC-202	BC-313	BC-758	BC-755	BC-757	BC-705N	BC-754	BC-501
掲載ページ		P03	P04	P05 New	P05 New	P07 New	P07	P07	P08	P08	P08	P09	P09 New	P09	P10	P10	P10	P15
品番		BC-622	BC-612	RD-901	RD-900	BC-210	BC-309	BC-569	BC-505	BC-310	BC-202	BC-313	BC-758	BC-755	BC-757	BC-705N	BC-754	BC-501
測定方式		両手両足式	両手両足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式	足式
測定周波数	デュアル周波数	—	—	●	●	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	シングル周波数	●	●	—	—	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
表示項目・基本機能	体重（最大計量・最小表示）	150kg-50g	150kg-100g	180kg-50g	180kg-100g	150kg-100g	150kg-50g	150kg-100g	150kg-100g	150kg-50g	150kg-100g	150kg-50g	150kg-100g	150kg-100g	150kg-100g	150kg-100g	150kg-100g	136kg-100g
	体脂肪率測定／判定	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	■
	内臓脂肪レベル	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●*1
	内臓脂肪レベル判定	●	●	●	●	●	●	●	—	●	●	●	●	●	●	●	●	—
	筋肉量*2	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	—	●
	筋肉量スコア／判定	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—	●
	基礎代謝量	●	●	●	●*3	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—	●
	基礎代謝量判定	●	—	●	●*3	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—	●
	体内年齢	●	●	●	●*3	—	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	—	●
	推定骨量	★	★	★*4	★*4	★	★	★	★	★	★	★	—	★	—	—	—	●
	体水分率	●	●	●	●*3	—	●	●	●	●	●	—	—	—	—	—	—	—
	BMI	★	★	★*4	★*4	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	—
	左右部位別	★	★	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Vピタ／乗るピタ機能	★	—	★*5	★*5	★	★	★	—	★	★	★	★	★	★	★	★	—
	その他	SDメモリーカード／MBA判定	—	Bluetooth® 4.0通信	Bluetooth® 4.0通信	アクティブ度 音声案内	SDメモリーカード／女性ダイエットモード	SDメモリーカード	Bluetooth® 通信	薄型	音声案内	立てかけ収納OK*6	立てかけ収納OK*6	ペット体重モード	女性ダイエットモード	—	—	赤外線通信
	過去データ	前回値	前回値 1･2週間前 1〜6ヶ月前	アプリで管理	アプリで管理	前回値	前回値	前回値	—	前回値 1･2週間前 1〜18ヶ月前	前回値	前回値	前回値	前回値	前回値	前回値	—	—
	メモリー人数	5人	4人	4人	4人	4人	5人	5人	4人	5人	4人	5人	5人	5人	5人	5人	5人	4人
	液晶文字高	25mm	21mm	31mm（測定数値）	31mm（測定数値）	文字表示:19.5mm 数字表示:40mm	30mm	30mm	30mm	30mm	30mm	29mm	29mm	38mm	27mm	30mm	30mm	30mm
	地域設定	5区分	3区分	5区分	3区分	3区分	5区分	3区分	3区分	5区分	3区分	5区分	3区分	3区分	3区分	3区分	3区分	3区分
1梱包入数		4	4	5	5	5	4	4	4	6	4	5	5	4	6	4	6	4

★は6才以上が対象。■は7才以上が対象。●は18才以上が対象。＊1＝BC-501の内臓脂肪レベルは1レベル単位、他は全て0.5レベル単位。＊2＝筋肉量の表示単位は体重最小表示と同じ。＊3＝iPhoneアプリで測定結果を表示。（一部表示されないアプリ有り）＊4＝18才以上は判定有り。＊5＝0才から可能。＊6＝立てかけ等で生じる誤差を自動補正する機能付き。

アスリートモード

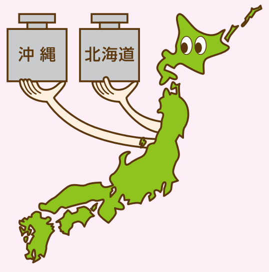
18才以上の方で、次の条件に当てはまる方は初期設定の際に「アスリート」を選択し、参考値としての測定をおすすめします。

- 一週間 12 時間以上のトレーニングを行っている方。
- 体育会やスポーツ事業団に所属し、競技会などを目指している方。
- プロスポーツ選手。
- ボディビルダーのように筋肉量が多くなるようなトレーニングを行っている方。

地域設定機能

北海道で体重をはかると東京より重くなる!?

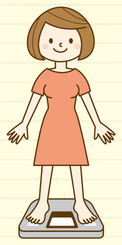
体重は重力の関係で、遠心力が最大となる赤道に近づくほど、同じ体重計で測定した場合、体重が軽く表示されます。日本で言えば、北海道よりも東京、東京より沖縄の方が同じ体重計ではかった場合、軽く表示されるのです。このような重力による誤差をなくしてどこでも正確にはかれるように、タニタの体組成計には「地域設定」機能が付いています。



タニタの豆知識

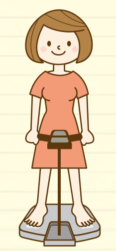
乗るだけ（足式）のタイプと手で持つタイプ（両手両足式）どちらがいいの？

乗るタイプも手でハンドルを持って乗るタイプも正確さは変わりません。なぜなら、正確さに影響を与えるポイントは「電気を通す部分」や「電気を通す部位の多さ」よりも、「機器に入っている推定式の精度」だからです。推定式の精度を高めるには、子供から高齢者まで、より多くのデータを収集・分析することが重要です。健康づくりは体組成計ではかった数値に一喜一憂するのではなく、長期的にはかって傾向や変化を知ることが大切です。生活スタイルや目的に合わせて毎日測定しやすい機器を選びましょう。



足式の特徴

- 毎日の測定がラク
- 短い時間ではかれる



タニタの両手両足式の特徴

- 左腕・右腕・体幹部・左足・右足の5つの部位ごとに細かくはかれる

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。

見やすいLED表示。

最大計量150kg 最小表示100g ステップオン

デジタルヘルスメーター
HD-395

希望小売価格 **¥4,000**(税抜)

New

立ったままでも
見やすい LED 表示。

HD-395-WH(ホワイト)
4904785 814752

商品サイズ(質量)D278×W279×H34mm(約1.1kg/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池4本 ●1梱包入数:6入

ソーラーバッテリー付きで乾電池不要。

最大計量150kg 最小表示200g

デジタルソーラーヘルスメーター
HS-302

希望小売価格 **¥5,000**(税抜)

ECO Living
ソーラーバッテリー

HS-302-WH(ホワイト)
4904785 811362

商品サイズ(質量)D306×W330×H48mm(約2.3kg)
●1梱包入数:4入

ワイドで乗りやすいデザイン。
文字が光って見やすい表示。

最大計量200kg 最小表示100g ステップオン 強化ガラス

デジタルヘルスメーター
HD-366

希望小売価格 **¥8,000**(税抜)

立ったままでも
見やすい大型表示。

HD-366-BK(ブラック)
4904785 811201

商品サイズ(質量)D320×W350×H26mm(約3.0kg/乾電池含)
●主な付属品:アルカリ単4乾電池4本 ●1梱包入数:4入

シンプルなデザイン。

最大計量150kg 最小表示100g ステップオン

デジタルヘルスメーター HD-661

オープン価格

HD-661-WH(ホワイト)
4904785 812987

商品サイズ(質量)D280×W280×H35mm(約990g/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池2本 ●1梱包入数:6入

見やすいバックライト付き。

最大計量150kg 最小表示100g ステップオン バックライト

デジタルヘルスメーター HD-662

オープン価格

HD-662-WH(ホワイト)
4904785 812994

HD-662-BK(ブラック)
4904785 813007

商品サイズ(質量)D288×W288×H35mm(約1.1kg/乾電池含)
●主な付属品:アルカリ単3乾電池2本 ●1梱包入数:6入

ステップオン 乗るだけで電源が入る便利な機能です。 バックライト 暗いところでも見やすいバックライトが付いています。
強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、飛び乗ったり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。

収納に便利な小型・軽量。

最大計量150kg 最小表示100g ステップオン

デジタルヘルスメーター HD-660

オープン価格

HD-660-PK(ピンク)
4904785 812956

HD-660-PP(パープル)
4904785 812970

HD-660-BL(ブルー)
4904785 812963

HD-660-WH(ホワイト)
4904785 812949

商品サイズ(質量)D200×W244×H33mm(約740g/乾電池含)
●主な付属品:単3乾電池2本 ●1梱包入数:6入

大型表示・見やすいバックライト付き。

最大計量150kg 最小表示100g タップオン 強化ガラス バックライト

デジタルヘルスメーター
HD-382

オープン価格

HD-382-MB(メタリックブルー)
4904785 811959

商品サイズ(質量)D300×W320×H24mm(約1.7kg/乾電池含)
●主な付属品:単4乾電池2本 ●1梱包入数:6入

シンプルなデザイン。

最大計量130kg 最小表示1kg

ヘルスメーター HA-650

オープン価格

HA-650-BK(ブラック)
4904785 812901

商品サイズ(質量)D278×W292×H60mm(約1.9kg)
●1梱包入数:6入

最大計量120kg 最小表示1kg

ヘルスメーター
THA-528

オープン価格

THA-528-SW(ストーンホワイト)
4904785 152847

商品サイズ(質量)D239×W277×H50mm(約1.6kg)
●1梱包入数:6入

タニタの豆知識

1960年代に
体重計が普及したのはなぜ?

当時、体重は銭湯ではかるのが一般的でした。また、日本ではヘルスメーターの多くは駐留軍用として販売されているものだけでした。タニタの初代社長 谷田五八士は「これからは欧米同様に、自宅で風呂に入り、自宅で体重をはかる人が増える」と予想し、昭和34年(1959年)にタニタから体重計の製造を開始しました。その読みは見事的中! 集合住宅などの建設が相次ぎ、自宅に風呂を持つ家庭が増え、体重計を自宅で保有する人が増えました。

初代アナログヘルスメーター

ステップオン 乗るだけで電源が入る便利な機能です。 タップオン 本体を軽く叩くと電源が入る便利な機能です。 バックライト 暗いところでも見やすいバックライトが付いています。
強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、飛び乗ったり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。

健康応援Webサービス

タニタの健康応援ネット からだカルテ®

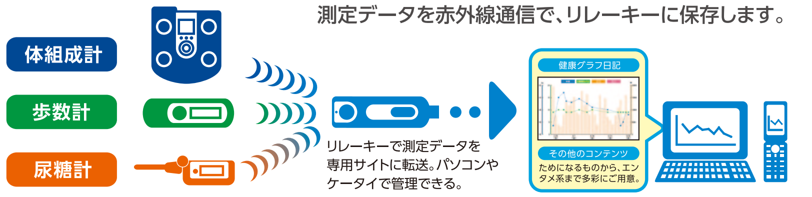
http://www.karadakarute.jp/

からだカルテ　検索

グッドデザイン賞受賞

Webでカラダ管理

測定データをパソコンや携帯からチェックできる、タニタの健康応援ネット「からだカルテ」は役に立つコンテンツ、楽しいコンテンツで健康管理をサポートします。
測定データを赤外線通信で、リレーキーに保存します。



- 健康グラフ日記
- ダイエットシミュレーション
- ブログパーツ
- タニタの社員食堂レシピ
- 世界から肥満と飢餓をなくそうプロジェクト
- 歩数イベント
- 健康支援サービス からだサポート倶楽部*
- ポイントプログラム

*別途有料(3ヶ月4,500円〜のプログラムをご用意しております。)

はかった体組成データをパソコンでグラフにする方法

①測定データは赤外線で通信。自動でリレーキーに記録。
②リレーキーをPCにUSB接続
③PCや携帯電話でデータを確認

▌健康グラフの表示例

InnerScan インナースキャン BC-501

体組成計インナースキャン
BC-501
オープン価格

最大計量136kg | 最小表示100g | 体脂肪率 | 内臓脂肪レベル | 筋肉量 | 基礎代謝量 | 体内年齢 | 推定骨量 | 体水分率 | BMI | 乗るピタ機能 | 過去データ

BC-501-PS(プレシャスシルバー)
4904785 809574

商品サイズ(質量)D330×W290×H45mm(約2.3kg/乾電池含)　●主な付属品:小冊子、体脂肪率判定シール、単3乾電池4本　●**製造国:日本**

3Dセンサー搭載歩数計　FB-723

オープン価格

FB-723-PS(プレシャスシルバー)
4904785 572300

商品サイズ(質量)D26×W85×H14mm(約27g/電池含)
●表示内容:歩数(最大99999歩 最小1歩)　●メモリー機能:7日分
●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池2個　●1梱包入数:12入

赤外線通信で、リレーキーに測定データを簡単に送信。

携帯型デジタル尿糖計(ワイヤレス通信) 初回セット　UG-201-N

希望小売価格 **¥25,000**(税抜)

UG-201-N
4904785 410367

商品サイズ(質量)D76×W120×H29mm(約150g/本体、センサーカートリッジ、カバー、保存液ボトル含)
●表示方法:LCDデジタル表示　●測定範囲:0〜2000mg/dL(最小10mg/dL単位)　●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池1個　●医療機器承認番号:22000BZX00574000　●医療機器分類:管理医療機器(クラスII)特定保守管理医療機器　●1梱包入数:1入　●**製造国:日本**
※尿糖計の販売には、管理医療機器等販売業の「届出」が必要になります。詳しくは都道府県の医療機器担当窓口にご相談ください。

データ転送用リレーキー　KY-001

オープン価格

KY-001-PS(プレシャスシルバー)
4904785 809604

※データ転送用リレーキーをご使用になる際にはドライバーのインストールが必要です。
※データ転送用リレーキーは個人用です。

商品サイズ(質量)D85×W25×H17mm(約27g/電池含)
●インターフェイス:赤外線通信(通信距離:送受信部間約1m)　●記憶容量:512kbit(体組成計測定データ　約600回分)　●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池2個、USBケーブル、ネームシール　●1梱包入数:12入　●**製造国:日本**

▌システム条件　※システム条件などの最新情報は弊社ホームページもご覧ください。

対応OS	Microsoft® Windows®8、7の32bit版と64bit版(全て日本語版) Vista SP2以降、XP SP3以降の32bit版(全て日本語版)	ビデオRAM	4MB以上
対応PC	PC/AT互換機(PC-98シリーズは非対応)本体にUSBポート(USB Revision1.1準拠)があること ※インターネット接続環境にないパソコンではご使用になれません。	ディスプレイ	解像度:800×600ドット以上、表示色数:16ビットハイカラー(65,536色)以上
対応ブラウザ	Internet Explorer 6.0以上、Firefox® 2.0以上	その他	Microsoft®Windows®8、7、XP、Vista(全て日本語版)が、工場出荷時にインストールされているもののみ対応。 他のバージョンからバージョンアップした環境での動作保証はいたしません。
メモリ	64MB以上(128MB以上推奨)		
ハードディスク空き容量	20MB以上		

※Microsoft、Windowsは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における商標または、登録商標です。

⚠体組成計は、測定に際して微弱な電流を流しますので、ペースメーカーなど医療用電気機器を装着されている方は使用しないでください。▶各商品の性能詳細は12ページもご覧ください。
携帯型デジタル尿糖計は磁気スイッチを使用しています。心臓ペースメーカー等を装着している方は胸ポケット等に入れないでください。

デジタル血圧計

脈の乱れ(心調律異常)を検知した時にマークでお知らせ。
自動で3回測定した平均値を表示する「連続測定」機能付き。

デジタル血圧計　BP-221

オープン価格

▌連続測定

1回目測定	休憩	2回目測定	休憩	3回目測定
約45秒	15秒	約45秒	15秒	約45秒

心調律異常(脈の乱れ)があるとマークでお知らせ

BP-221-PR(パールホワイト)
4904785 522107

ワンプッシュ測定 | 心調律異常チェック機能 | メモリー2人×99回分 | ACアダプタ(別売) | 上腕式

商品サイズ(質量)D134.94×W139.72×H140.59mm(約590g/乾電池含まず)
●適応腕周囲:22〜32cm　●主な付属品:カフ、アルカリ単3乾電池4本　●医療機器承認番号:22300BZX00120000　●医療機器分類:管理医療機器(クラスII)　●型式承認:第Q0825号
●1梱包入数:6入

血圧計専用アダプター　タイプML　品番:BP-AC-ML　希望小売価格¥2,000(税抜)

脈の乱れ(心調律異常)を検知した時にマークでお知らせ。

デジタル血圧計　BP-220

オープン価格

心調律異常(脈の乱れ)があるとマークでお知らせ

BP-220-PR(パールホワイト)
4904785 522008

ワンプッシュ測定 | 心調律異常チェック機能 | メモリー1人×200回分 | ACアダプタ(別売) | 上腕式

商品サイズ(質量)D134.94×W139.72×H140.59mm(約590g/乾電池含まず)
●適応腕周囲:22〜32cm　●主な付属品:カフ、アルカリ単3乾電池4本　●医療機器承認番号:22300BZX00090000　●医療機器分類:管理医療機器(クラスII)　●型式承認:第Q0824号
●1梱包入数:6入

血圧計専用アダプター　タイプML　品番:BP-AC-ML　希望小売価格¥2,000(税抜)

脈の乱れ(心調律異常)を検知した時にマークでお知らせ。
より手軽にはかれて、持ち運びに便利な手首式血圧計。

デジタル血圧計　BP-210

オープン価格

心調律異常(脈の乱れ)があるとマークでお知らせ

BP-210-PR(パールホワイト)
4904785 521001

ワンプッシュ測定 | 心調律異常チェック機能 | メモリー1人×200回分 | ACアダプタ(別売) | 手首式

商品サイズ(質量)D60×W69.2×H68mm(約130g/乾電池含)
●適応手首周囲:13.5〜21.5cm　●主な付属品:アルカリ単4乾電池2本、収納ケース　●医療機器承認番号:22200BZX00742000　●医療機器分類:管理医療機器(クラスII)　●型式承認:第Q0931号　●1梱包入数:12入

※血圧計の販売には管理医療機器等販売業の「届出」が必要になります。詳しくは都道府県の医療機器担当窓口にお問い合わせください。

健康を はかる

健康をはかる

電子尿糖計

タニタ生活

健康診断などで行っている尿検査。検査結果の1つである尿糖値は実は大事なチェック項目の1つです。厚生労働省の「平成23年国民健康・栄養調査」によると、糖尿病が強く疑われる人とその可能性が否定できない人を合わせると成人の27.1%と推定され、なんと国民の4人に1人が糖尿病かその予備軍であることが明らかになりました。糖尿病は発症してしまうと私たちに3つの大きな障害をもたらします。今から予防対策の1つとして尿糖値のチェックをしっかり行い、健康な体を維持しましょう。

糖尿病の3つの大きな障害

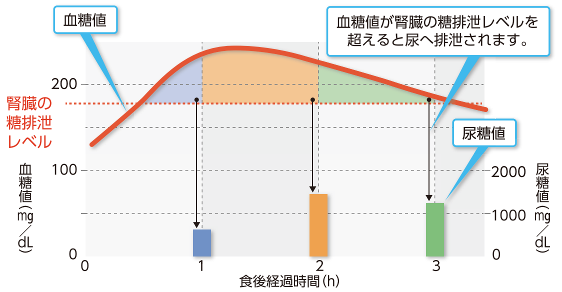
1 体への支障
糖尿病による3つの合併症（腎症・網膜症・神経障害）のリスクがあります。

2 日常生活への支障
人工透析を受けることになると一回4時間、週2〜3回の時間が取られます。

3 経済的な支障
医療費の年間自己負担額は4.5万円〜13.2万円*に上ります。
*「糖尿病の医療費」糖尿病ネットワーク調べ

尿糖測定で食後高血糖の状態を知る

尿糖チェックを行った場合、右の図のように排尿までの高血糖の状態を知ることができます。例えば、食後の尿糖を測定する時には、食事直前に一度排尿し、食後の尿をはかることで食後高血糖の状態にあったかどうかがわかります。



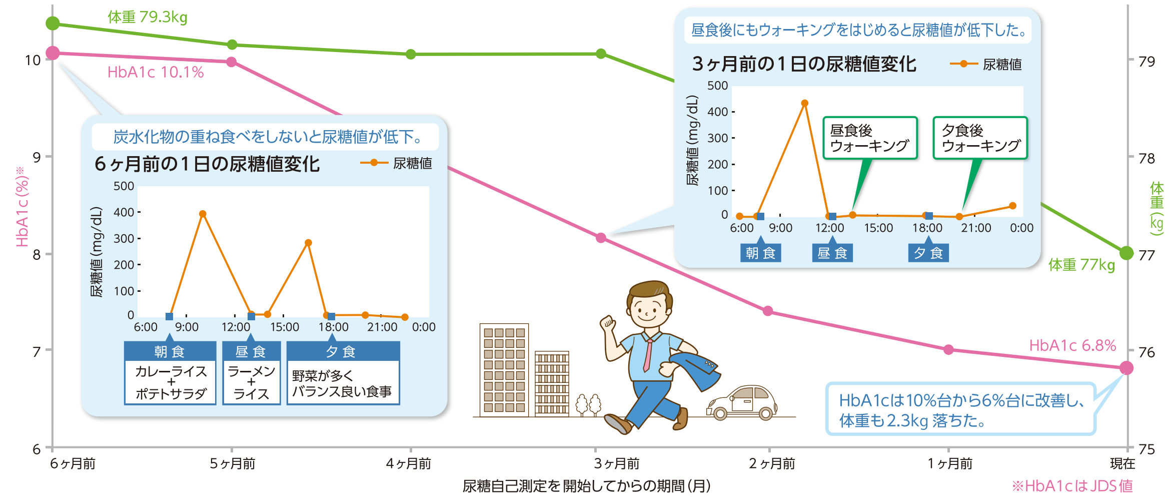
血糖値は採血した時点の数値を表しますが、採血の前後の状態はわかりません。尿糖値は前回の排尿から今回の排尿までの間に起こった高血糖の状態を反映するため、食後の尿糖を測定すれば、食後高血糖の状態があったかを知ることができます。

毎日、食後の同じタイミングで測定する

尿糖値は毎日の体調や食事内容、測定のタイミングによって変化します。できるだけ同じタイミングでトイレに行くようにし、食後1〜3時間の間で測定のタイミングを決めるようにしましょう。

重要なのは食後高血糖のコントロール

「食事」→「運動」→「測定」→「記録」の健康管理サイクルに尿糖測定を取り入れ、食事内容・運動内容・尿糖値を記録し、振り返ることを繰り返し、尿糖値が高くならないように食事と運動のバランスをコントロールする習慣を身に付けましょう。



電子尿糖計

血糖値が気になる方へ。
尿をかけるだけで簡単に測れるから食後高血糖の状態を把握するのに最適。

ユーチェック® UG-120-H

タニタ電子尿糖計本体 UG-120-H
オープン価格

UG-120-H（本体）
4904785 410619
※ご使用にはセンサーカートリッジUG-120-Sが必要です。

商品サイズ（質量）本体:D68×W118×H22mm（約80g） スタンド:D94×W113×H140mm（約132g／台座含む）
●表示方法:LCDデジタル表示 ●測定範囲:0〜2000mg/dL（最小表示10mg/dL） ●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池1個 ●医療機器承認番号:22500BZX00202000 ●医療機器分類:管理医療機器（クラスⅡ） ●1梱包入数:1入 **●製造国:日本**

※タニタ電子尿糖計の販売には、管理医療機器等販売業の「届出」が必要になります。詳しくは都道府県の医療機器担当窓口にご相談ください。

高精度測定

・0〜2000mg／dLまでデジタル表示。（最小10mg／dL単位で表示）
・尿糖定量に影響する成分を最小限に抑えた特殊4層構造。

長寿命センサー

センサーカートリッジは60日以内に200回測定できる長寿命。

無痛測定

採血のない無痛測定なので、無理なく継続的な健康管理が可能。

簡単、わずか6秒の高速測定

センサー部に直接尿をかけるだけ！ 尿を検出後、自動的に測定が始まり、6秒後に測定値を表示します。

ご自宅でも外出先でも測定可能

折りたたんで携帯可能。外出先でも気軽に測定できます。

外出時はコンパクトに収納

本体には、下記が全てセット組みされています。
・尿糖計本体
・スタンド（台座）
・カバー
・保存液ボトル
・洗浄ボトル
・CR2032コイン形リチウム電池

ユーチェック® UG-120-S

タニタ電子尿糖計センサーカートリッジ UG-120-S
オープン価格

UG-120-S（センサーカートリッジ）
4904785 410626
センサーカートリッジには、
下記が全てセット組みされています。
・センサーカートリッジ
・補充用保存液
・基準液2本
UG-120専用の交換用センサーカートリッジです。
UG-201には使えませんのでご注意ください。
使用開始期限内に使用を開始してください。

商品サイズ（質量）D22×W82×H22mm（約25g／保存液ボトル含）
●測定対象・項目:尿・グルコース ●主な付属品:補充用保存液1個、基準液2個 ●医療機器承認番号:22500BZX00202000 ●医療機器分類:管理医療機器（クラスⅡ） ●1梱包入数:1入 ●製造国:日本

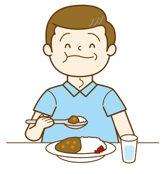
※タニタ電子尿糖計の販売には、管理医療機器等販売業の「届出」が必要になります。詳しくは都道府県の医療機器担当窓口にご相談ください。

センサーカートリッジについて
センサーカートリッジは、酵素を主原料としたバイオセンサーです。保存温度(5℃〜40℃)にご注意ください。特に、駐車中の車内や航空機の貨物室預けなど極端な高温や低温になる場所に置くと、正しく測定できなくなる恐れがあります。

タニタの豆知識

はじめに食物繊維を食べると食後高血糖を抑えられます！

カレーライスとポテトサラダ、ラーメンとライスなど、炭水化物（糖質）の重ね食べを避けるとともに、はじめに食物繊維の豊富な食材（野菜・海藻など）から食べましょう。比較的吸収がゆっくりな食物繊維は食後の血糖値が急激に上がるのを抑え、さらによく噛むことで満腹感を早く得られます。



タニタの豆知識

食後の運動は血糖値低下に効果があります！

食後にウォーキングなどの軽い運動をすると、筋肉を使うことで糖が消費され、食後の血糖値は下がります。逆に食後に運動をしないと血糖値は下がりにくくなります。

健康に眠る

睡眠計

タニタ生活

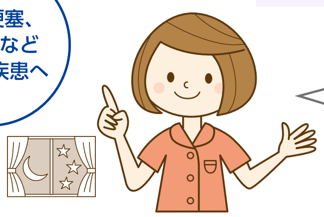
すっきり目覚めた朝は、前向きな気持ちで1日を元気に過ごせますが、目覚めの悪い朝は気持ちも体調も良く感じなかったりすることはありませんか? 実はココロとカラダに大きな影響を与えるのが睡眠。よく眠れていないと、なかなか疲労感が抜けず、仕事や勉強の能率にも影響します。
米国コロンビア大学やスタンフォード大学などの健康調査(2004年疫学調査)では、睡眠不足になると肥満につながるという研究結果が報告されています。また、糖尿病や高血圧などを誘引する可能性があるという研究報告もあります。
最近では、うつ病などの気分障害は睡眠時間だけでなく、睡眠の質との関連性について注目されています。

チェックリスト

- □ 最近、太ってきた
- □ やる気がおきない
- □ 日中、ボーッとしてしまう
- □ いつも疲労感が抜けない
- □ 集中力がなくなりやすい
- □ イライラすることが多い
- □ 夜になると目が冴える
- □ 週初めは、いつもつらい

上記項目にチェックが多いと要注意!
あなたの睡眠に問題があるかもしれません。

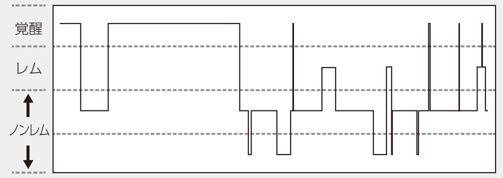
睡眠の質の低下 → 肥満から糖尿病・高血圧などの生活習慣病へ → 心筋梗塞、脳梗塞など重篤な疾患へ



睡眠時間だけでなく、睡眠の質もチェックして、日常生活の質を高めましょう。

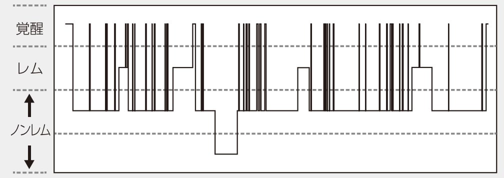
睡眠の状態は人によりさまざまです。まずは、『ご自分の睡眠状態を知る』ことからはじめましょう。タニタの睡眠計スリープスキャン SL-504なら、あなたの睡眠状態をグラフで表示します。(SL-504の性能詳細は20ページをご覧ください。)グラフの形から睡眠の質に何が影響しているか見つけやすくなります。影響している要因がわかったら、それをなくすように工夫をして睡眠の質を高めていきましょう。

●寝付きが悪い場合は



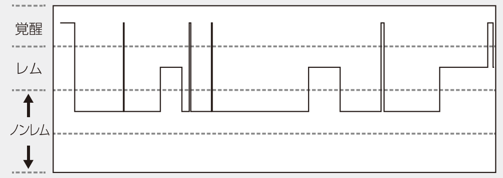
寝る前のテレビやパソコンは控えましょう。寝る前に強い光を浴びると、睡眠ホルモンであるメラトニンの分泌が抑制されて寝付きが悪くなります。

●途中で何度も目が覚めている場合は



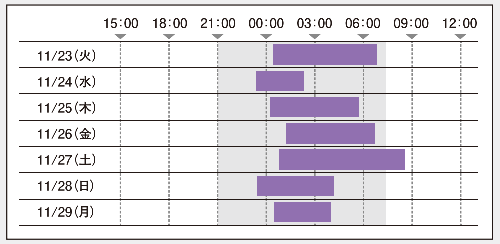
寝る前の飲酒や喫煙を控え、リラックスして就寝するようにしましょう。飲酒や喫煙、夜間の頻尿や精神的なストレスは途中の覚醒を多くして熟睡感を阻害します。

●深い眠りが少ない場合は



ご自分に合った睡眠環境を整えるようにしましょう。寝室の温度や湿度の環境が良くない時や身体に合わない寝具も眠りが浅くなる原因の1つです。

●睡眠時間が不規則な場合は



就床時刻と起床時刻を毎日、同じにしましょう。毎日の睡眠時間や、就床時刻と起床時刻が異なると、身体が睡眠のリズムを調整できず、睡眠の質が低下してしまいます。

睡眠計

高感度体動センサーで
あなたの睡眠状態を詳しく測定。

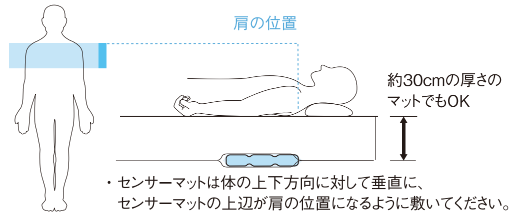
sleepscan® SL-504

睡眠計 スリープスキャン SL-504
オープン価格

SL-504-WH(ホワイト)
4904785 450028

■敷布団やマットの下にして敷いて寝るだけで簡単に睡眠の状態を測定。

本機は1人用です。2人以上やペット等と一緒にお休みの場合は測定できません。
本機は睡眠障害等の病気の診断をするものではありません。



・センサーマットは体の上下方向に対して垂直に、センサーマットの上辺が肩の位置になるように敷いてください。

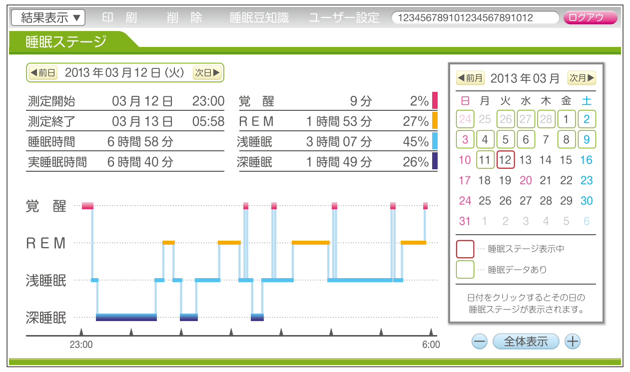
商品サイズ(質量)D313×W860×H26mm(約1.3kg／ACアダプター含まず)
●最大測定時間:24時間 ●最小測定時間:1時間 ●対象年齢:10才以上 ●主な付属品:ACアダプター、電源延長ケーブル、簡単操作ガイド、SDメモリーカード(SDメモリーカード内容:専用データ管理ソフト、センサーマット取扱説明書、専用データ管理ソフト取扱説明書、簡単操作ガイド) ●医療機器届出番号:05B1X00001000002 ●医療機器分類:一般医療機器(クラスI) ●一般的名称:体動センサ ●対応OS:Microsoft® Windows®8、7の32bit版と64bit版(全て日本語版)、Vista SP2以降、XP SP3以降の32bit版(全て日本語版) ●1梱包入数:2入 ●**製造国:日本**

■専用データ管理ソフトで睡眠の状態が詳しくわかります。

●睡眠点数、タイプ判定とアドバイス

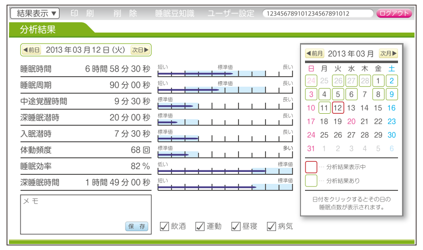
睡眠状態の総合評価を点数(1~100点/1点単位)で表示。さらに「睡眠時間」「途中の覚醒」「深い睡眠」「睡眠リズム」の4つの項目からあなたの睡眠タイプを判定。睡眠タイプに合わせた快眠のためのアドバイスも表示します。

●睡眠ステージグラフ(4段階グラフ表示)



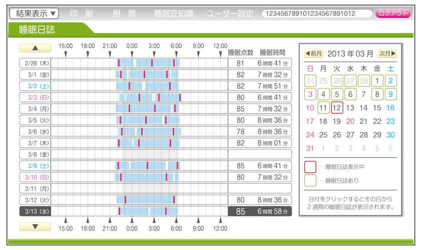
睡眠の深さの推移がわかりやすくグラフ化されます。睡眠時間だけでなく、「実睡眠時間」「覚醒」「REM」「浅睡眠」「深睡眠」それぞれの時間と割合もわかります。

●分析結果



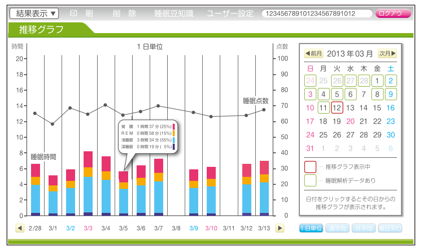
睡眠状態を詳細に分析し、標準からのずれをバーグラフで表示。

●睡眠日誌



日々の睡眠習慣の評価に役立つ記録が2週間単位で確認できます。

●推移グラフ



日々の睡眠時間と睡眠状態の推移を見やすくグラフ化。

※お使いのパソコンに「HG丸ゴシックM-PRO」のフォントがインストールされていない場合、文字がずれて表示される場合がありますが、「Microsoft Office JIS2004 互換フォント パッケージ」(無償)をインストールすることで解決できます。
※Microsoft、Windowsは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における商標または、登録商標です。

健康に動く

健康に動く

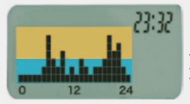
活動量計　歩数計

タニタ生活　消費カロリーをはかる

食べている食品のカロリーは知っているけど、自分がどのくらいカロリーを消費しているかご存知の方は少ないのではないでしょうか?「食べた分のカロリーはその日のうちに消費すれば太らない!」とわかっていても「運動が苦手」「時間がない」という方が多いでしょう。でも、日常生活の些細な動きでもカロリーは消費しています。そんな些細な動きの消費カロリーをチェックするのに便利なのが、活動量計カロリズム。上半身に付けておくと、運動だけではなく日常生活の消費カロリーも表示します。例えば、料理30分で約66kcal、掃除機を15分かけたら約33kcal*消費します。運動しなくても日々のちょっとした動きの積み重ねでカロリーの消費を心がけ、健康的なカラダづくりを目指しましょう。　*体重50kgの方の場合

手軽に1日の消費カロリーをチェック

24時間カロリズムグラフ

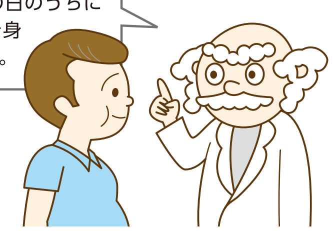


1日の活動量をグラフで見られるから、カロリーを消費する動きがわかりやすい!

読書は30分34kcal消費!

安静にしている時のカロリー消費 ＋ 動いている時のカロリー消費 ＝

1日の総消費



カロリズム(活動量計)とは?

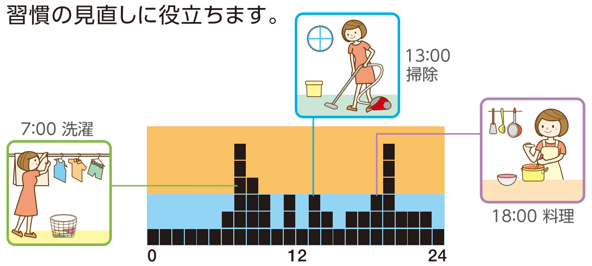
◆1日の総消費エネルギー量がわかる

1日に消費するエネルギー(カロリー)は生命維持に使われる「安静時代謝量」と運動や仕事で使われる「活動エネルギー量」の2つがあります。カロリズム(活動量計)はその2つをしっかりカバーし、総消費エネルギー量として表示します。

活動エネルギー量 身体を動かして消費したカロリー	安静時代謝量 安静にしていても、寝ていても消費するカロリー
総消費エネルギー量 1日に使った消費カロリーの合計	

◆24時間カロリズムグラフ

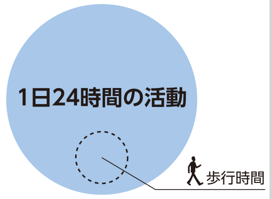
1時間ごとの活動量をグラフで表示。「いつもより午前中は忙しかった」「今日は動いてないな」などがわかるので、生活習慣の見直しに役立ちます。



◆カロリズム(活動量計)と歩数計の違い

歩数計はその名の通り、歩数と日常生活のさまざまな行動のうち「歩行」の消費カロリーをはかります。一方、カロリズム(活動量計)は、歩行だけでなく洗濯や掃除などで消費するカロリーもはかることができます。

●カロリズム



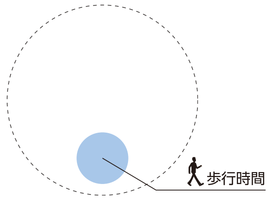
歩く	走る	デスクワーク	掃除
洗濯	料理	買物	本を読む
テレビを見る	ボーッとする	ゴルフ	眠る

などなど

➡ずっと消費カロリーをはかる。　上記以外にも、日常生活のさまざまなカラダの動きを逃さずキャッチ。高い精度で計測できます。(スポーツ時などは一部参考値)

【こんな方にお勧め】
・ダイエットをしたい方　・生活習慣の見直しをしたい方

●歩数計



歩く	走る	デスクワーク	掃除
洗濯	料理	買物	本を読む
テレビを見る	ボーッとする	ゴルフ	眠る

などなど

➡1日のうちの一部(歩行時のみ)。　歩行時のみ計測できます。

【こんな方にお勧め】
・ウォーキングをはじめる方　・手軽に健康管理をしたい方

活動量計　ISO9001 対象商品

Bluetooth®V4.0に対応し、iPhoneやテレビで測定データを管理。
従来のカロリズムよりも処理性能が2倍になり、6秒ごとに行動判別を行う「カロリズムエンジンPRO」搭載。
1日の総消費カロリーだけでなく、あなたの行動を「安静」「生活」「歩き」「走り」の4つに分類。

カロリズム AM-160　New

活動量計 カロリズム AM-160
オープン価格

AM-160-BK(ブラック) 4904785 516007

AM-160-SV(シルバー) 4904785 516014

24時間グラフ*　分析グラフ*　総消費kcal　安静時kcal*　脂肪燃焼量*　歩数・時計　歩行距離／時間*　活動エネルギー量　7日間メモリ　ダイエットサポート機能　女性ダイエットモード　ダイエットコース　表示カスタマイズ　スプリットモード

商品サイズ(質量)D14×W75×H35mm(約26g／電池含)
●主な付属品:スライドクリップ、落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個
*iPhone専用アプリまたは対応テレビでの表示のみです。
※対応するiPhoneアプリはホームページでご確認ください。

iPhoneで楽しくカラダ管理ができる
Bluetooth®通信対応の体組成計(RD-900、RD-901)と活動量計(AM-160)を合わせて使用することで運動の効果と身体の変化がひと目で把握できます。

ご注意　AM-160は、iPhone(4S以降)または対応テレビ(三菱電機「REAL」LS1シリーズ)がないと使用できません。パソコンで測定データを管理することはできません。

従来のカロリズムよりも処理性能が2倍になり、6秒ごとに行動判別を行う「カロリズムエンジンPRO」搭載。
1日の総消費カロリーだけでなく、あなたの行動を「安静」「生活」「歩き」「走り」の4つに分類。

カロリズム EXPERT AM-140

活動量計 カロリズムエキスパート AM-140
オープン価格

AM-140-RD(レッド) 4904785 514003

AM-140-SV(シルバー) 4904785 514010

24時間グラフ　分析グラフ　総消費kcal　安静時kcal　脂肪燃焼量　歩数・時計　歩行距離／時間　活動エネルギー量　14日間メモリ　ダイエットサポート機能　女性ダイエットモード　ダイエットコース　表示カスタマイズ　スプリットモード

商品サイズ(質量)D13×W81×H39mm(約38g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、スライドクリップ、クリップウエア、クリップウエアスライド、落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池2個　●製造国:日本

3WAY装着
・洋服にはさみ込むタイプの「クリップウエア」　・スライドクリップ　・胸ポケット

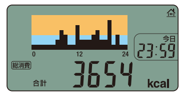
見たい画面にいつでも戻れる「ホーム」ボタン
お好みの画面を「ホーム」設定できます。「ホーム」ボタンを押せば、いつでもホーム画面に戻ることができます。

カロリズム EXPERT AM-140

1日の行動を「安静」「生活」「歩き」「走り」の4つに分けた「行動別」の消費カロリーや時間、脂肪燃焼量などを表示。

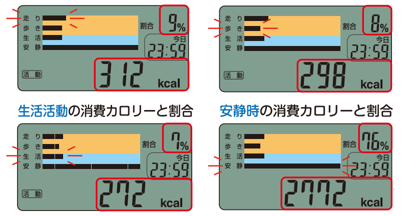
日常生活や仕事、ウォーキング時やジョギングにいたるまで、幅広い行動のデータが詳細にわかるようになりました。

1日の総消費カロリーとカロリズムグラフを表示



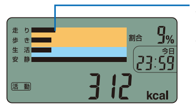
さらに詳しく

(1日の行動を4つの行動に分析し、各々の情報を表示します)



頑張った成果が一目でわかる「分析グラフ」。

行動分析グラフは、頑張った分だけ各項目のグラフが伸びます。グラフの1目盛の単位を、生活活動に応じて変更することもできます。



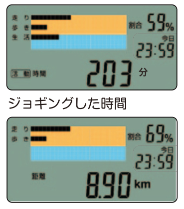
※24目盛あるので、グラフがいっぱいになると1200kcalを消費したことになります。

ウォーキングやジョギングの成果をしっかり分析。

・ウォーキングやジョギングをした時間、距離、消費カロリー、歩数や走行歩数、脂肪燃焼量がわかります。
・歩幅や距離をカンタンに調整できます。例えば、5km走ったはずなのに4.5kmと表示された場合は、歩幅を調整し後から距離を修正することができます。修正した歩幅は自動で登録されます。

さらにこんな機能まで　自分の「歩き」「走り」の振り分けを調整できます。カロリズムエキスパートは、何の設定もいらず、「歩き」と「走り」を自動で判別してくれますが、例えば「小走りは"走り"のカウントに入れたくない」場合など、歩きや走りのサンプリングを行い本体に記憶させることで、「歩き」と「走り」の振り分けを個人に合わせて変えることができます。

<過去メモリ保護　表示例>



▷各商品の性能詳細は26ページもご覧ください。

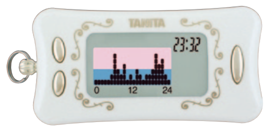
ムリなくダイエットしたい女性へ。女性のカラダのリズムに合わせたダイエットプランを作成する女性ダイエットモード搭載。

カロリズム LADY AM-131

活動量計 カロリズムレディ AM-131
オープン価格

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal*1
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離／時間 活動エネルギー量
14日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード*2 ダイエットコース
表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D13×W66.5×H32mm(約22g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、マグネット付き電池カバー、マグネットクリップ、マグネットクリップ用ストラップ、チェーン、ネックストラップ、摂取カロリー表、CR2032コイン形リチウム電池1個
*1 設定時のみ *2 女性ダイエットモード:18才〜閉経まで



AM-131-PR(パールホワイト)
4904785 513105

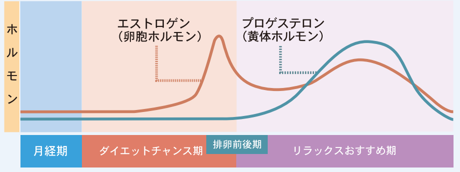
AM-131-MT(パールミント)
4904785 513129

AM-131-PK(パールピンク)
4904785 513112

女性ダイエットモード
カロリズム LADY AM-131

■女性のカラダのリズムに合わせたダイエットプランを作成

減量目標を設定すると、目標達成に最適なダイエットプラン(摂取カロリーと消費カロリーの目標値)を表示します。さらに女性ホルモンのバランスを考慮して、目標値を自動調整します。



女性にはホルモンのバランスによりダイエットに適した時期とそうでない時期があります。
ダイエットに適した時期は目標値を高めに、リラックスおすすめ期は目標値を低めに自動調整し、効率的なダイエットをサポートします。

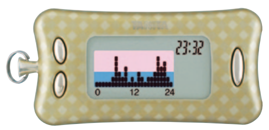
効率的にダイエットしたい方へ。あなたにぴったりのダイエットプランを作成するダイエットサポート機能搭載。

カロリズム DIET AM-130

活動量計 カロリズムダイエット AM-130
オープン価格

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal*
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離／時間 活動エネルギー量
14日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード ダイエットコース
表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D13×W67×H32mm(約22g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、マグネット付き電池カバー、マグネットクリップ、マグネットクリップ用ストラップ、ネックストラップ、摂取カロリー表、CR2032コイン形リチウム電池1個
*設定時のみ



AM-130-GD(ゴールド)
4904785 513020

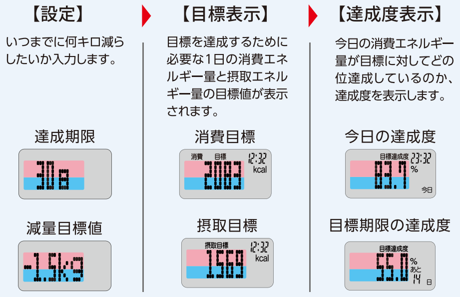
AM-130-MA(マゼンタ)
4904785 513013

AM-130-BK(ブラック)
4904785 513006

ダイエットサポート機能
カロリズム DIET AM-130

■あなたにぴったりのダイエットプランを作成 プランに合わせて自動調整

減量目標を設定すると、目標達成に最適なダイエットプラン(摂取カロリーと消費カロリーの目標値)を表示します。使う方の生活パターンに合わせて1週間ごとに目標値を調整します。



スマートにカラダ管理をしたい方へ。スタイリッシュで高機能。

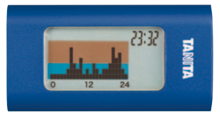
カロリズム SMART AM-121

活動量計 カロリズムスマート AM-121
オープン価格

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離／時間 活動エネルギー量
14日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード ダイエットコース
表示カスタマイズ スプリットモード

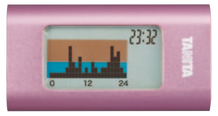
商品サイズ(質量)D11.8×W55×H29mm(約23g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、クリップ付き電池カバー、マグネット付き電池カバー、マグネットクリップ、マグネットクリップ用ストラップ、ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個
※スプリットモードについては22ページをご覧ください。

AM-121-RD(レッド)
4904785 512122

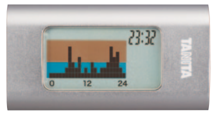


AM-121-BL(ブルー)
4904785 512115

AM-121-BK(チタンブラック)
4904785 512108



AM-121-PK(ピンク)
4904785 512139



AM-121-SV(シルバー)
4904785 512146

⚠磁気に影響されるもの(時計・磁気カード・ICカード・携帯電話・パソコン等)の15cm以内にマグネット付き電池カバーを近づけないでください。またペースメーカー等の医療用電気機器を装着している方は絶対にマグネット付き電池カバーはご使用にならないでください。▶各商品の性能詳細は26ページもご覧ください。

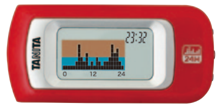
カラダが気になってきた方へ。シンプルな機能でカンタンに使える。

カロリズム BASIC AM-111

活動量計 カロリズムベーシック AM-111
オープン価格

AM-111-SV(シルバー)
4904785 511101

AM-111-YL(イエロー)
4904785 511125



AM-111-RD(レッド)
4904785 511118

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離／時間 活動エネルギー量
7日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード ダイエットコース
表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D14.5×W71×H33mm(約28g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、スライドクリップ、落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個

本体をスライドさせて差し込めば、簡単に付けられるスライドクリップ付き。

大人のキレイを目指す方へ。5つの選べるダイエットコースでカラダに優しいダイエットをサポート。

カロリズム EZ-061

活動量計 カロリズム EZ-061
オープン価格

EZ-061-OR(アプリコット)
4904785 506121

EZ-061-RD(ラズベリー)
4904785 506138

EZ-061-WH(モカ)
4904785 506107

EZ-061-MT(ミント)
4904785 506114

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離／時間 活動エネルギー量
14日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード ダイエットコース
表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D14.5×W71×H33mm(約28g／電池含)
●主な付属品:ドライバー、ネックストラップ、落下防止ストラップ、摂取カロリー表、CR2032コイン形リチウム電池1個

ダイエットコース カロリズム EZ-061

1ヶ月で減らしたい体重(kg)を5つのコース(0kg、−0.5kg、−1.0kg、−1.5kg、−2.0kg)から選ぶと消費カロリーの目標値を表示。目標達成度も表示されるので、あとどれ位頑張ればいいかが一目でわかります。

ダイエットコース設定　目標達成度

ウォーキングをしっかりはかりたい方へ。いつもの歩きと早歩きを自動で分類しカウントする早歩きセンサー搭載。

カロリズム for WALKING EZ-062

活動量計 カロリズム for WALKING EZ-062
オープン価格

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal 安静時kcal
脂肪燃焼量 歩数・時計 歩行距離 歩行時間
活動エネルギー量 7日間メモリ ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード
ダイエットコース 表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D13×W75×H35mm(約25g／電池含)
●主な付属品:スライドクリップ、落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個

EZ-062-RD(メタリックレッド)
4904785 506206

EZ-062-BK(メタリックブラック)
4904785 506213

EZ-062-WH(パールホワイト)
4904785 506237

ジョギングを管理したい方へ。ストップウォッチ感覚でジョギング内容を測定するジョギングモード搭載。経過時間、時速、累計(経過時間、距離、日数)も表示します。暗いところでも見やすいバックライト付き。

カロリズム for JOGGING EZ-063

活動量計 カロリズム for JOGGING EZ-063
オープン価格

24時間グラフ 分析グラフ 総消費kcal*2 安静時kcal
脂肪燃焼量*2 歩数・時計*2 歩行距離*1 歩行時間
活動エネルギー量*1 14日間メモリ*2 ダイエットサポート機能 女性ダイエットモード
ダイエットコース 表示カスタマイズ スプリットモード

商品サイズ(質量)D14×W75×H35mm(約27g／電池含)
●主な付属品:スライドクリップ、落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個
*1 ジョギングモード時のみ表示。 *2 メインモード時のみ表示。

EZ-063-GR(メタリックグリーン)
4904785 506312

EZ-063-PK(メタリックピンク)
4904785 506329

EZ-063-BK(メタリックブラック)
4904785 506336

▶各商品の性能詳細は26ページもご覧ください。

体組成計 / ヘルスメーター / 健康応援Webサービス / 血圧計・電子尿糖計 / 睡眠計 / 活動量計・歩数計 / 電子塩分計・料理用温度計・タイマー / クッキングスケール・ / アルコールセンサー・ブレスチェッカー / 温湿度計

全国防犯協会(第12S132※号) 東京防犯協会(第577号)のダブルの推奨を取得した優良防犯ブザー付き歩数計。

3Dセンサー搭載歩数計[防犯ブザー付き]

FB-736

希望小売価格 ¥4,000(税抜)

FB-736-PK(ピンク) 4904785 573604
FB-736-GR(グリーン) 4904785 573611
FB-736-PP(パープル) 4904785 573628
FB-736-GY(グレー) 4904785 573635

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 7日間メモリ／ 累計歩数4週間分

商品サイズ(質量)D14.1×W86.5×H36.5mm(約32g／電池含)
●主な付属品:ネックストラップ、ブザー用ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個

業界初、累計歩数を99,999,999歩まで表示可能。

3Dセンサー搭載歩数計 億歩計

FB-732

希望小売価格 ¥3,000(税抜)

FB-732-BK(ブラック) 4904785 573208
FB-732-BL(ブルー) 4904785 573215

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 14日間メモリ

商品サイズ(質量)D12.5×W84×H36.5mm(約30g／電池含)
●主な付属品:落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個

設定なく、電池を入れてすぐに歩数がはかれます。ポケットやカバン、首から下げても使えます。

3Dセンサー搭載歩数計

FB-731

希望小売価格 ¥2,500(税抜)

FB-731-RD(アカ) 4904785 573130
FB-731-OR(ダイダイ) 4904785 573154
FB-731-BL(アイイロ) 4904785 573147
FB-731-BK(クロ) 4904785 573116
FB-731-PK(サクラ) 4904785 573123
FB-731-WH(シロ) 4904785 573109

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 7日間メモリ

商品サイズ(質量)D12×W72.5×H35.5mm (約28g／電池含)※ストラップ取付部を出した時はW81mm
●主な付属品:落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個

燃えた脂肪がグラムでわかる。ベルトにしっかり止まるクリップ付き。

脂肪燃焼量付き歩数計

FB-725

希望小売価格 ¥2,000(税抜)

FB-725-BK(ブラック) 4904785 572508
FB-725-RD(レッド) 4904785 572515

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 7日間メモリ

商品サイズ(質量)D14×W67×H38.5mm※クリップおよびクリップカバー除く(約30g／電池、クリップ含)
●主な付属品:クリップカバー、CR2032コイン形リチウム電池1個

大きく見やすい表示。

歩数計

PD-635

希望小売価格 ¥1,500(税抜)

PD-635-BK(ブラック) 4904785 563513
PD-635-GR(グリーン) 4904785 563551
PD-635-WH(ホワイト) 4904785 563506
PD-635-BL(ダークブルー) 4904785 563537
PD-635-MA(マゼンタ) 4904785 563544
PD-635-PK(ピンク) 4904785 563520

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 7日間メモリ

商品サイズ(質量)D14.5×W52×H39mm※クリップを除く(約25g／電池、クリップ含)
●主な付属品:LR43タイプ電池1個

大きく見やすい表示。

歩数計

PD-641

オープン価格

PD-641-BK(ブラック) 4904785 564107
PD-641-RD(レッド) 4904785 564121
PD-641-BL(ブルー) 4904785 564114

歩行時間 / 累計歩数 / 距離 / 時計
脂肪燃焼量 / 消費kcal / スプリットモード / スリープ機能
メッツ・エクササイズ / 7日間メモリ

商品サイズ(質量)D14.5×W64×H36mm※クリップを除く(約27g／電池、クリップ含)
●主な付属品:LR43タイプ電池1個

活動量計 機能比較表 ISO9001 対象商品

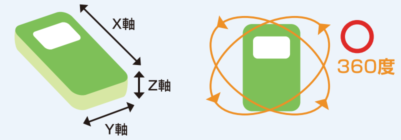
	P22 3D New	P22 3D	P23 3D	P23 3D	P23 3D	P24 3D
品番	AM-160	AM-140	AM-131	AM-130	AM-121	AM-111
24時間グラフ	●*	●	●	●	●	●
分析グラフ	●*	●	—	—	—	—
総消費kcal	●	●	●	●	●	●
安静時kcal	●*	●	●	●	●	●
脂肪燃焼量	●*	●	—	—	●	●
歩数・時計	●	●	●	●	●	●
歩行距離／時間	●*	●	—	—	●	●
活動エネルギー量	●	●	—	—	●	●
メモリ	7日間	14日間(保護可能)	14日間	14日間	14日間	7日間
ダイエットサポート機能	—	—	●	●	—	—
女性ダイエットモード	—	—	●	—	—	—
ダイエットコース	—	—	—	—	—	—
表示カスタマイズ	—	—	—	—	●	—
スプリットモード	—	●	—	—	●	—
その他	iPhone専用	安静時・生活・歩き・走りに自動分類	—	—	メッツ・エクササイズ	—
1梱包入数	24	24	24	24	24	24

	P24 3D	P24 3D	P24 3D
品番	EZ-061	EZ-062	EZ-063
24時間グラフ	—	—	—
分析グラフ	—	—	—
総消費kcal	●	●	●
安静時kcal	●	—	—
脂肪燃焼量	●	—	●(メインモードのみ)
歩数・時計	●	●	●
歩行距離／時間	●	距離のみ ●	距離のみ ●(ジョギングモードのみ)
活動エネルギー量	●	—	●(ジョギングモードのみ)
メモリ	14日間	7日間	14日間
ダイエットサポート機能	—	—	—
女性ダイエットモード	—	—	—
ダイエットコース	●	—	—
表示カスタマイズ	—	—	—
スプリットモード	—	—	—
その他	—	歩きと早歩きを自動分類	ジョギングモード搭載
1梱包入数	24	24	24

3Dセンサー搭載

従来の歩数計は必ず腰へ装着しなければなりませんでした。3Dセンサー搭載の活動量計・歩数計なら、首から下げてもポケットやカバンでもしっかり歩数をカウントするので、簡単にチェックすることができます。

3Dセンサー搭載でどんな傾きでもカウント可能



歩数・歩行距離・歩行時間の測定

約7秒以上の一定した動きがあれば、歩行・走行・早歩き(機種によって異なります)と判断し、それまでの測定値を一度に表示します。また、動作をいったん止めた場合、再度、約7秒以上の一定した動きがないと、測定値は加算されません。約7秒以内の歩数については生活活動として、消費エネルギー量に反映されています。

歩数計 機能比較表 ISO9001 対象商品

	P25 3D	P25 3D	P25 3D	P25	P25	P25
品番	FB-736	FB-732	FB-731	FB-725	PD-635	PD-641
歩数	●	●	●	●	●	●
歩行時間	●	—	—	—	—	—
累計歩数	●	●	—	—	—	—
距離	●	—	—	—	—	—
時計表示	●	●	—	●	—	—
脂肪燃焼量	●	—	—	●	—	—
消費kcal	●	—	—	●	—	—
メモリ	7日間 累計4週間	14日間	—	—	—	—
1梱包入数	24	24	24	24	24	24

3D 前後・左右・上下の3方向の動きを感知できる高精度な3Dセンサーを搭載した歩数計のことです。

＊iPhone専用アプリまたは対応テレビでの表示のみです。

健康に食べる

電子塩分計・料理用温度計 / クッキングスケール・タイマー

タニタ生活

食べる前に塩分チェックをしましょう。

日本人の国民病と言われている高血圧―これには塩分量が多い和食が起因しているという説があります。日本人の食塩摂取目標量:男性9g未満、女性7.5g未満、高血圧患者6g未満に対し、和食の定番であるお味噌汁の塩分は1杯約2gもあります。毎日の積み重ねが健康への第一歩です。余分な塩分を摂取しないよう、塩分計で「はかって食べる」を身に付けましょう。

1食の塩分量は約3.5g前後に。

塩分カットのコツさえわかれば、少ない塩分でも美味しくヘルシーに仕上げられます。
塩分の摂り過ぎは、高血圧やむくみの原因になります。また、味が濃いおかずを食べると、ついついごはんやアルコールがすすんでカロリーオーバーを招きます。塩分は控え、素材そのものの味を楽しみながら食べられるように、「はかる」習慣と「塩分カットのコツ」を身に付けましょう。

塩分カットのコツ

カラダのことを考えると、料理の味付けは薄めがベスト! 塩気の強い味に慣れてしまっている場合は、徐々に塩分を減らす工夫をして、薄味に慣れていきましょう。

①だしをしっかり取る。
汁物や煮物にはしっかり取った「だし」を使いましょう。風味が豊かなだしを使うとうま味が効き、塩や醤油を少なめにして塩分を抑えてもおいしく仕上がります。

②スパイスや香味野菜を使って塩分をカット。
こしょうや七味唐辛子などのスパイス、しそやみょうが、ねぎやかいわれ大根など噛むと香りがでる香味野菜を使うと塩分が少なくても味にアクセントが付き、おいしくなります。

③レモン汁やお酢を活用。
レモン汁やお酢などを活用し、酸味を効かせて塩分をカットします。
バルサミコ酢は煮つめて使うと味がぐっと良くなります。

④カリウムの多い野菜・果物で塩分を排出しましょう。
野菜や果物、いも類など「カリウム」を多く含む食品を摂ると余分なナトリウム（塩分）が排出されます。海藻やナッツなどに含まれるマグネシウムにも同じような効果があるので積極的に摂るようにしましょう。

電子塩分計 ISO9001 対象商品

防水機能 IP67

塩分濃度0.0%も測定できるので、無塩食の確認が可能。
オートパワーオン／オフなので、測定物につけるとバイブレーションで開始／完了をお知らせ。

高精度デジタル塩分計　SO-304　New

希望小売価格 ¥10,000（税抜）

SO-304-WH（ホワイト）
4904785 630406

スタンド使用例

商品サイズ（質量）D25×W171×H25mm（約67g／電池含）
●測定範囲0.0%～5.0%　●測定温度範囲5℃～90℃（自動温度補正機能付き）
●主な付属品：スタンド、アルカリ単4乾電池2本　●1梱包入数：12入
※先端部（食品に触れる部分）の材質は、ビスフェノールA（BPA）を含まないポリプロピレン（PP）です。
※この塩分計は、さらさらした液体（例:味噌汁やスープ、煮汁）の塩分濃度を測定します。
どろどろした粘性の高い液体、固形物は測れません。

防水機能 IP67　水面から1mの深さに30分間水没させても、性能に影響を及ぼす程度の水の浸入がないもの。

電子塩分計 ISO9001 対象商品

塩分濃度を3段階のLEDで見やすく表示。
2000回までの使いきりタイプ。

防滴機能 IPX2

塩分計　SO-302

希望小売価格 ¥3,000（税抜）

SO-302-WH（ホワイト）
4904785 630215

商品サイズ（質量）D28×W160×H13mm（約26g／電池含）
●表示内容:塩分濃度3段階式3点表示（0.6～0.8%、0.9～1.1%、1.2%～）
●測定温度範囲:60～80℃（ホット専用）　●主な付属品:LR44タイプ電池3個（内蔵）
●1梱包入数:24入

3色3段階（うす味、ふつう味、から味）6点表示で
塩分濃度が一目でわかる。

塩分計　SO-303

希望小売価格 ¥5,000（税抜）

SO-303-WH（ホワイト）
4904785 630307

商品サイズ（質量）D29×W205×H18mm（約40g／電池含）
●表示内容:塩分濃度3段階式6点表示（0.4～0.7%、0.8～1.1%、1.2～1.4%～）
●測定温度範囲:30～90℃　●主な付属品:LR44タイプ電池3個　●1梱包入数:24入

※この塩分計は、さらさらした液体（例:味噌汁やスープ、煮汁）の塩分濃度を測定します。どろどろした粘性の高い液体、固形物は測れません。

料理用温度計 ISO9001 対象商品

美味しく調理するには温度チェックも大切です!

お料理の腕も味も温度をチェックするだけでグンとアップします。
こだわりの料理や飲み物、野菜洗いに使用するお湯の微妙な温度管理に
適温が一目でわかる料理用温度計はとても便利です。

こんな方におすすめ

- ●お肉の焼き加減にこだわりのある方
- ●赤ちゃんのミルクの温度管理をしたい方
- ●50℃洗いのお湯の温度管理をしたい方
- ●お菓子作りをする方

はかった温度が見やすいホールド機能付き。

防滴機能 IPX2

水ぬれ OK!

デジタル温度計　TT-533

希望小売価格 ¥1,500（税抜）

TT-533-NYL（マンゴーイエロー） 4904785 553323
TT-533-OR（オレンジ） 4904785 553309
TT-533-NPK（フランボワーズピンク） 4904785 553347
TT-533-NGR（ピスタチオグリーン） 4904785 553354
TT-533-GR（グリーン） 4904785 553316

商品サイズ（質量）D36×W216×H16mm（約33g／電池含）
●測定範囲:－50～240℃　●最小目盛:0.1℃　●オートオフ機能付き（約10分間）　●主な付属品:LR44タイプ電池1個　●1梱包入数:24入

防滴機能 IPX2　200mm以上の高さから毎分3mmの降水量で2.5分間滴下して、性能に影響を及ぼす程度の水の浸入がないもの。

体組成計 / ヘルスメーター / Web健康応援サービス / 血圧計・電子尿糖計 / 睡眠計 / 活動量計・歩数計 / 電子塩分計・料理用温度計 / クッキングスケール・タイマー / アルコールセンサー・ブレスチェッカー / 温湿度計

タニタ生活

食べる前にごはんの量をはかりましょう。

いつも食べているお茶碗1杯分のごはんのカロリーをご存知ですか？タニタ食堂で1定食あたりのカロリーを500kcal前後にする工夫は、お茶碗1杯のごはんの量に隠されています。一般のレストランで提供されるごはんの量は200g(=336kcal)と言われていますが、タニタ食堂ではカロリーを抑えながらも腹もちや、おかずとのバランスを考え、ごはんの量を100gにすることを推奨しています。同じお茶碗1杯のごはんでも、いつもよりごはんを50g減らすだけで84kcalもカロリーダウンすることができるのです。ごはんの量を適量にし、バランスの良い食事の習慣を身に付けましょう。

ごはんのカロリーチェックができるデジタルクッキングスケール

KD-195

野菜を1日350gはかって食べましょう。

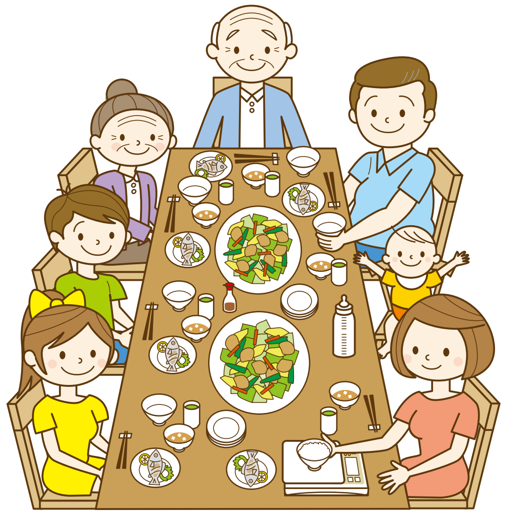
野菜に含まれる栄養素(ビタミンA、C、食物繊維、カルシウム、カリウムなど)を得るためには毎日350g以上の野菜を食べることが推奨されています。
野菜には色の濃い緑黄色野菜と色の薄い淡色野菜があります。
2つに切った時に中まで色の濃い野菜は緑黄色野菜、色の薄い野菜は淡色野菜です。1日の摂取目標量350gのうち、緑黄色野菜は120g、淡色野菜は230gを目安に3食に分けて、不足しないようにはかって食べる習慣を身に付けましょう。

緑黄色野菜		淡色野菜		
1日の摂取目標量 120g	＋	1日の摂取目標量 230g	＝	1日の摂取目標量 350g

野菜の目標量・使用量がわかるデジタルクッキングスケール

材料の分量をきちんとはかりましょう。

タニタ食堂のレシピは、すべての材料をしっかりはかって作ります。余分な調味料を加えないことで、食材本来の味を楽しむこともできますし、適量の食材で調理することでカロリーの摂り過ぎを防ぐことができます。
高血圧やむくみ、食べ過ぎにつながる塩分は、ついつい摂り過ぎてしまうので、しっかり計量することをおすすめします。タニタ食堂のレシピでは、1定食あたりの塩分の量を3.5g前後に抑えています。クッキングスケールではかるという「ひと手間」をかけることで、健康的な食事を作ることができます。



0.1g 単位ではかれるデジタルクッキングスケール

KJ-302　KJ-202　KD-192　KD-320

FOOD ACTION NIPPON
健康的な食習慣を提案し、食料自給率の向上に貢献します。タニタは「FOOD ACTION NIPPON」の推進パートナーです。

信頼の証「JIS」

タニタは、家庭用はかりとして初めてJISマークを取得!

JQA

JISマークとは?

工業標準化法という法律に基づいて日本工業標準調査会で審議され、経済産業大臣が制定する日本工業規格(JIS)に適合する商品であることを証明するマークです。

パン作りにぴったりの最小表示0.1g、
最大3kgまで計量。
水・牛乳の容積計量が可能な「mlモード」付き。

最大計量 3kg　最小表示 0.1g　ml モード

デジタルクッキングスケール KJ-302

希望小売価格 **¥4,500**(税抜)

New　JIS規格適合商品

KJ-302-RD(メタリックレッド)
4904785 715929

KJ-302-GD(ゴールド)
4904785 715905

商品サイズ(質量)D210×W150×H33.5mm(約445g／シリコン脚、乾電池含)
計量皿:140×140mm
●最大計量:3000g　●最小表示:(通常モード)0〜3000gまで1g、(微量モード)0〜300gまで0.1g　300〜1500gまで0.5g　1500〜3000gまで1g　●主な付属品:単3乾電池2本
●1梱包入数:12入

粉が入りにくい設計で、お手入れ簡単。
壁掛けもできるフック穴付き。

最大計量 3kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KJ-300

希望小売価格 **¥3,500**(税抜)

New　JIS規格適合商品

KJ-300-RD(メタリックレッド)
4904785 715721

KJ-300-GD(ゴールド)
4904785 715707

商品サイズ(質量)D205×W153×H36mm(約368g／シリコン脚、乾電池含)
計量皿:直径120mm
●最大計量:3000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:12入

水・牛乳の容積計量が可能な「mlモード」付き。
壁掛けもできる便利なスライド式フック穴付き。

最大計量 2kg　最小表示 0.1g　ml モード

デジタルクッキングスケール KJ-202

希望小売価格 **¥3,500**(税抜)

New　JIS規格適合商品

KJ-202-RD(メタリックレッド)
4904785 715820

KJ-202-GD(ゴールド)
4904785 715806

商品サイズ(質量)D196×W130×H27mm(約322g／シリコン脚、乾電池含)
計量皿:127×127mm
●最大計量:2000g　●最小表示:(通常モード)0〜2000gまで1g、(微量モード)0〜200gまで0.1g　200〜1000gまで0.5g　1000〜2000gまで1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

薄さ27mmで収納に便利な設計。
見やすい大型表示。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KJ-200

希望小売価格 **¥3,000**(税抜)

New　JIS規格適合商品

KJ-200-RD(メタリックレッド)
4904785 715622

KJ-200-GD(ゴールド)
4904785 715608

商品サイズ(質量)D198×W140×H27mm(約316g／電池含)計量皿:直径140mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

収納しやすい薄型コンパクト設計。
壁掛けもできるフック穴付き。

最大計量 1kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KJ-100

希望小売価格 **¥2,000**(税抜)

New　JIS規格適合商品

KJ-100-RD(メタリックレッド)
4904785 715523

KJ-100-GD(ゴールド)
4904785 715509

商品サイズ(質量)D165×W114×H29mm(約207g／電池含)計量皿:122×114mm
●最大計量:1000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

ml モード 水や牛乳を計量することができる機能です。

健康に食べる

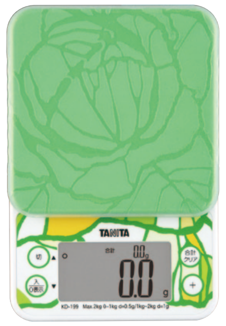
クッキングスケール ISO9001 対象商品

野菜の目標量・使用量が簡単にわかる。
取り外して洗える便利なシリコンカバー付き。
壁掛けもできる便利なスライド式フック穴付き。

最大計量 2kg　最小表示 0.5g

デジタルクッキングスケール　KD-199

オープン価格



KD-199-GR（キャベツ）
4904785 715226

KD-199-RD（プチトマト）
4904785 715202

KD-199-OR（にんじん）
4904785 715219

■設定した目標量を達成した場合

野菜を計量 → プラスボタンを押す → 設定した野菜目標量に達成すると目標達成度を5段階の星マークで表示

商品サイズ（質量）D196×W130×H29mm（約369g／シリコンカバー、シリコン脚、乾電池含）計量皿:127×127mm
●最大計量:2000g　●最小表示:0〜1000gまで0.5g　1000〜2000gまで1g
●主な付属品:シリコンカバー、単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

ごはんのカロリーがはかれる「ごはんカロリーモード」*や
パスタなどのお好きな食材のカロリーがはかれる
「マイカロリーモード」付き。
「タニタ生活ダイエットのコツ」小冊子付き。
収納式ハンガーフックで吊り下げ収納可能。

最大計量 2kg　最小表示 0.5g

デジタルクッキングスケール　KD-195

オープン価格

KD-195-WH（ホワイト）
4904785 714809

■お茶碗1杯のごはんの量とカロリーをはかる場合

ごはんを計量（g表示） → カロリーボタンを1回押す → 計量したごはんのカロリーを表示

商品サイズ（質量）D186×W129×H31mm（約305g／シリコン脚、乾電池含）計量皿:124×124mm
●最大計量:2000g　●最小表示:0〜1000gまで0.5g　1000〜2000gまで1g
●主な付属品:単4乾電池2本、小冊子　●1梱包入数:12入
*白米のみ

取り外して洗える便利なシリコンカバー付き。
水・牛乳の容積計量が可能な「mlモード」付き。
壁掛けもできる便利なスライド式フック穴付き。

最大計量 2kg　最小表示 0.1g　ml モード

デジタルクッキングスケール KD-192

オープン価格

KD-192-PK（ピンク）
4904785 714007

KD-192-GR（グリーン）
4904785 714021

KD-192-RD（レッド）
4904785 714014

商品サイズ（質量）D196×W130×H27mm（約362g／シリコンカバー、シリコン脚、乾電池含）計量皿:127×127mm
●最大計量:2000g　●最小表示:（通常モード）0〜2000gまで1g、（微量モード）0〜200gまで0.1g　200〜1000gまで0.5g　1000〜2000gまで1g　●主な付属品:シリコンカバー、単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

エコ生活に最適な
ソーラーバッテリーを使用。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルソーラークッキングスケール SD-004

ECO Living

希望小売価格 **¥4,000**（税抜）

ソーラーバッテリー

SD-004-GR（グリーン）
4904785 714403

SD-004-OR（オレンジ）
4904785 714410

収納に便利なカバートレイ付き。

商品サイズ（質量）D211×W129×H42.5mm（約460g／カバートレイ、シリコン脚、電池含）計量皿:120×120mm
●最大計量:2000g　●最小表示:0〜500gまで1g　500〜1000gまで2g　1000〜2000gまで5g　●主な付属品:カバートレイ、CR2032コイン形リチウム電池1個　●1梱包入数:12入

パン作りにぴったりの最小表示0.1g
最大3kgまで計量。
水・牛乳の容積計量が可能な「mlモード」付き。
収納に便利なケース付き。

最大計量 3kg　最小表示 0.1g　ml モード

デジタルクッキングスケール　KD-320

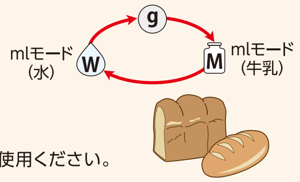
オープン価格

KD-320-WH
（ホワイト）
4904785 713406

商品サイズ（質量）D210×W150×H33.5mm（約445g／シリコン脚、乾電池含）計量皿:140×140mm
●最大計量:3000g　●最小表示:（通常モード）0〜3000gまで1g、（微量モード）0〜300gまで0.1g　300〜1500gまで0.5g　1500〜3000gまで1g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:12入

mlモード
KJ-302、KJ-202、KD-320、KD-192

水も牛乳もはかれる！
計量カップを使わなくても、ボタン1つで水や牛乳を「mlモード」で計量することができます。
※40℃以下の水、普通牛乳をご使用ください。



粉が入りにくい設計で
お手入れが簡単。
壁掛けもできるフック穴付き。

最大計量 3kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール　KD-313

オープン価格

KD-313-PK（ピンク）
4904785 713710

KD-313-IV（アイボリー）
4904785 713703

商品サイズ（質量）D205×W153×H36mm（約368g／シリコン脚、乾電池含）計量皿:直径120mm
●最大計量:3000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:12入
●製造国:日本

見やすい大型表示。
立てて収納ができる便利な設計。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-184N

オープン価格

KD-184N-WH（ホワイト）
4904785 714700

商品サイズ（質量）D206×W130×H28mm（約277g／シリコン脚、乾電池含）
クローズ時:D133×W130×H42mm　計量皿:121×130mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

計量皿も本体もまるごと洗える、IP67の防塵・防水設計。
計量皿は取り外し可能。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KW-001

防塵・防水機能 IP67

希望小売価格 **¥5,000**（税抜）

水洗い OK!

KW-001-WH（ホワイト）
4904785 712607

商品サイズ（質量）D171×W164×H77mm（約565g／計量皿、ゴム脚、乾電池含）計量皿:直径164mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:6入
●製造国:日本

ml モード　水や牛乳を計量することができる機能です。

FOOD ACTION NIPPON　健康的な食習慣を提案し、食料自給率の向上に貢献します。タニタは「FOOD ACTION NIPPON」の推進パートナーです。

防塵・防水機能 IP67　粉塵が内部に侵入するのを完全に防止するもの。水面から1mの深さに30分間水没させても、性能に影響を及ぼす程度の水の浸入がないもの。

最大2kgまで、最小表示1gで計量。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-812

オープン価格

KD-812-OR（オレンジ）
4904785 713024

KD-812-GR（グリーン）
4904785 713017

KD-812-WH（ホワイト）
4904785 713000

商品サイズ（質量）D190×W142×H37mm（約289g／乾電池含）計量皿:直径130mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:12入

高級感あふれるクロムメッキ加工。
薄さ27mmで収納に便利。
見やすい大型表示。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-177

オープン価格

KD-177-CR（クロム）
4904785 711808

商品サイズ（質量）D198×W140×H27mm（約345g／乾電池含）計量皿:直径140mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

薄さ27mmで収納に便利。
見やすい大型表示。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-176

オープン価格

KD-176-PK（ピンク）
4904785 711716

KD-176-YL（イエロー）
4904785 711723

KD-176-WH（ホワイト）
4904785 711709

商品サイズ（質量）D198×W140×H27mm（約316g／乾電池含）計量皿:直径140mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

汚れてもサッと拭ける強化ガラス製の計量皿。
シンプルでスタイリッシュなデザイン。

最大計量 2kg　最小表示 1g　強化ガラス

デジタルクッキングスケール KD-182

オープン価格

KD-182-WH（ホワイト）
4904785 714601

商品サイズ（質量）D186×W122×H31mm（約391g／シリコン脚、乾電池含）計量皿:130×120mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

壁掛けもできるフック穴付き。
ポップなカラーでキッチンを楽しく演出。

最大計量 2kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-190

オープン価格

商品サイズ（質量）D204×W145×H34mm（約275g／乾電池含）計量皿:直径130mm
●最大計量:2000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単3乾電池2本
●1梱包入数:12入

KD-190-FPK
（フランボワーズピンク）
4904785 713802

KD-190-WH
（ホワイト）
4904785 713888

KD-190-GR
（ピスタチオグリーン）
4904785 713895

ポップなカラーでキッチンを楽しく演出。

最大計量 1kg　最小表示 0.5g

デジタルクッキングスケール KD-189

オープン価格

KD-189-WH
（ココナッツホワイト）
4904785 713314

KD-189-PK
（フランボワーズピンク）
4904785 713345

KD-189-YL
（マンゴーイエロー）
4904785 713321

KD-189-OR
（アプリコットオレンジ）
4904785 713338

KD-189-GR
（ピスタチオグリーン）
4904785 713352

KD-189-BL
（アクアミントブルー）
4904785 713369

商品サイズ（質量）D204×W145×H34mm（約275g／乾電池含）計量皿:直径130mm
●最大計量:1000g　●最小表示:0.5g　●主な付属品:単3乾電池2本　●1梱包入数:12入

壁掛けもできるフック穴付き。
薄型でコンパクトな設計。

最大計量 1kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-180

オープン価格

商品サイズ（質量）D165×W114×H29mm（約207g／乾電池含）計量皿:122×114mm
●最大計量:1000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

KD-180-WH（ホワイト）
4904785 714502

壁掛けもできるフック穴付き。収納しやすい薄型コンパクト設計。

最大計量 1kg　最小表示 1g

デジタルクッキングスケール KD-187

オープン価格

KD-187-PK（ピンク）
4904785 714311

KD-187-WH（ホワイト）
4904785 714304

KD-187-OR（オレンジ）
4904785 714328

KD-187-GR（グリーン）
4904785 714335

KD-187-BL（ブルー）
4904785 714342

商品サイズ（質量）D170×W120×H27mm（約205g／シリコン脚、乾電池含）計量皿:120×120mm
●最大計量:1000g　●最小表示:1g　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

強化ガラス 強化ガラスを使用していますが、物を落としたり、強い衝撃を与えないでください。ガラスが破損し、けがをする可能性があります。

体組成計 / ヘルスメーター / 健康応援Webサービス / 血圧計・電子尿糖計 / 睡眠計 / 活動量計・歩数計 / 電子塩分計・料理用温度計 / クッキングスケール・タイマー / アルコールセンサー・ブレスチェッカー / 温湿度計

タイマー ISO9001 対象商品

タニタ生活

食事は20分以上かけて食べましょう。

忙しい毎日、ゆっくり食べているようで実は時間をかけて食事をすることができてないのでは?
タニタ食堂では、1回の食事は20分以上を目安によく噛んで食べることをおすすめしています。よく噛んでゆっくり食べると、満腹中枢が刺激され満足度がアップし、食べ過ぎを防ぐことができます。
食事の時間は余裕をもって、ゆっくり食べる工夫をしてみましょう。

ゆっくり食べる工夫

①よく噛む
②お茶を飲みながら食べる
③こまめに箸をおく

電子ブザー音とバイブレーションの切り替えが可能。携帯しやすい小型設計。時計表示も可能。

バイブレーションタイマー(クイック) TD-370N

希望小売価格 **¥2,000**(税抜)

TD-370N-BK(ブラック) 4904785 537033
TD-370N-PK(ピンク) 4904785 537040
TD-370N-WH(ホワイト) 4904785 537026

商品サイズ(質量)D55×W38×H15mm(約25g/電池含)
●設定時間:最大23時間59分59秒ー最小1秒(カウントダウン・カウントアップ) ●音量:65dB以上 ●主な付属品:落下防止ストラップ、CR2032コイン形リチウム電池1個
●1梱包入数:24入

マカロンのようなかわいいデザイン。カウントダウン・カウントアップのどちらも可能。

ダイヤルタイマー TD-397

希望小売価格 **¥2,000**(税抜)

TD-397-YL(マンゴーイエロー) 4904785 539716
TD-397-GR(ピスタチオグリーン) 4904785 539723
TD-397-PK(ストロベリーピンク) 4904785 539709

商品サイズ(質量)D65×W65×H30mm(約61g/電池含)
●設定時間:最大99分50秒ー最小10秒(カウントダウン) ●表示時間:最大99分59秒ー最小1秒(カウントダウン、カウントアップ) ●音量:70dB以上 ●主な付属品:LR44タイプ電池1個
●1梱包入数:24入

5つのお知らせ音(リズム)を選べ、使い分けに便利。立てられるスタンド付き。 リズム

でか見え®プラス TD-394

でか見えプラスタイマー TD-394
希望小売価格 **¥1,500**(税抜)

TD-394-PK(フレッシュピンク) 4904785 539402
TD-394-BL(フレッシュブルー) 4904785 539433
TD-394-OR(フレッシュオレンジ) 4904785 539419
TD-394-PP(フレッシュパープル) 4904785 539440
TD-394-GR(フレッシュグリーン) 4904785 539426

商品サイズ(質量)D56×W103×H20mm(約76g/乾電池含)
●設定時間:最大99分59秒ー最小1秒(カウントダウン) ●音量:70dB以上 ●主な付属品:単4乾電池1本 ●1梱包入数:24入

「1分」「3分」「5分」「秒」ボタンで簡単に設定ができます。

でか見え®プラス TD-395

でか見えプラスタイマー TD-395
希望小売価格 **¥1,500**(税抜)

■ボタン部

押しやすい大きなボタン

TD-395-PK(ピンク) 4904785 539518
TD-395-WH(ホワイト) 4904785 539501
TD-395-BK(ブラック) 4904785 539525

商品サイズ(質量)D48×W133.5×H17mm(約73g/電池含)
●設定時間:最大99分59秒ー最小1秒(カウントダウン) ●音量:70dB以上 ●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池1個 ●1梱包入数:24入

見やすい大型表示。立てられるスタンド付き。

でか見え® TD-384

でか見えタイマー TD-384 オープン価格

TD-384-WH(ホワイト) 4904785 538405
TD-384-YL(イエロー) 4904785 538412
TD-384-MY(マンゴーイエロー) 4904785 538481
TD-384-OR(アプリコットオレンジ) 4904785 538450
TD-384-GR(ピスタチオグリーン) 4904785 538467
TD-384-BL(アクアミントブルー) 4904785 538498
TD-384-PK(フランボワーズピンク) 4904785 538474

商品サイズ(質量)D76×W82×H23.2mm(約75g/乾電池含)●設定時間:最大99分59秒ー最小1秒(カウントダウン) ●音量:70dB以上 ●主な付属品:単4乾電池1本 ●1梱包入数:24入

リズム ※5つのリズム ①標準の4カウント音(ピピピピ・ピピピピ・) ②軽快な2カウント音(ピピ・ピピ・ピピ・) ③秒針の1秒カウント音(ピ・ピ・ピ・) ④間隔なしの連続音(ピピピピピピピ…) ⑤楽しい3・3・7拍子 ご購入時の音は①で登録されています。

体組成計 ヘルスメーター Web健康応援サービス 血圧計・電子尿糖計 睡眠計 活動量計・歩数計 電子塩分計・料理用温度計 クッキングスケール・タイマー アルコールセンサー・ブレスチェッカー 温湿度計

アルコールセンサー ISO9001 対象商品

呼気中のアルコール濃度を0.01mg/L単位で高精度に表示。センサー交換式なので、ずっと使える。

アルコールセンサー プロフェッショナル HC-211

希望小売価格 **¥12,000**(税抜)

HC-211-WH(ホワイト) 4904785 621107

商品サイズ(質量)D145×W42×H24mm(突起部分含む、約130g/乾電池含)
●測定方法:半導体ガスセンサー ●表示方法:LCD表示 ●測定範囲:0.00〜1.00mg/L(0.01mg/L単位) ●センサーユニット交換時期:約500回測定または使用開始から半年経過した場合(どちらか早い方) ●使用温度:5℃〜35℃ ●保管温度:−10℃〜50℃ ●主な付属品:収納ケース、専用マウスピース3個、専用センサーカバー、アルカリ単3乾電池2本、ストラップ、簡易ドライバー、センサーユニット固定用ネジ ●1梱包入数:10入

アルコールセンサー用 交換用センサー HC-211S

希望小売価格 **¥4,000**(税抜)

HC-211S-WH(ホワイト) 4904785 621114

商品サイズ(質量)D40×W26×H24mm(突起部分含む、約10g)
●検知方法:半導体ガスセンサー ●測定対象:呼気中アルコール濃度 ●センサーユニット交換時期:約500回測定または使用開始から半年経過した場合(どちらか早い方) ●使用温度:5℃〜35℃
●保管温度:−10℃〜50℃

マウスピース(10個入り) HC-21MP

希望小売価格 **¥2,000**(税抜)

息を吹きかけ、たった5秒で酔い度をチェック。

Alcohol Sensor アルコールセンサー HC-213S/HC-213M

アルコールセンサー HC-213S/HC-213M
希望小売価格 **¥4,000**(税抜)

HC-213S-WH(ホワイト) 4904785 621336
HC-213S-BR(ブラウン) 4904785 621329
HC-213S-BK(ブラック) 4904785 621312
HC-213M-WH(ホワイト) 4904785 621305

■判定表示(一般的な症状)

0.00mg/l	0.15mg/l	0.25mg/l	0.5mg/l点滅
飲みはじめ	酔いはじめ	微酔	飲み過ぎ

商品サイズ(質量)HC-213S D112×W19.6×H17.2mm (約32g/乾電池含) HC-213M D61×W41.5×H20.7mm(約35g/乾電池含)
●測定方法:半導体ガスセンサー ●表示方法:LCD12段階表示 ●主な付属品:アルカリ単4乾電池1本 ●1梱包入数:24入

ブレスチェッカー ISO9001 対象商品

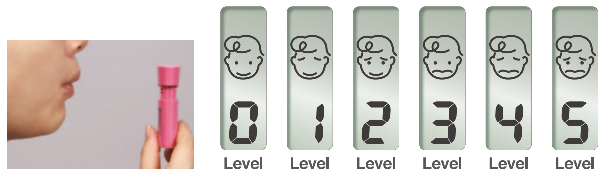
口臭を6段階のイラストで表示。

Breath Checker ブレスチェッカー HC-212M/HC-212S

ブレスチェッカー HC-212M/HC-212S
希望小売価格 **¥4,000**(税抜)

HC-212M-PK(ピンク) 4904785 621237
HC-212M-GR(グリーン) 4904785 621213
HC-212M-BL(ブルー) 4904785 621220
HC-212S-WH(ホワイト) 4904785 621206

■表示例



商品サイズ(質量)HC-212M D61×W41.5×H20.7mm(約35g/乾電池含)HC-212S D112×W19.6×H17.2mm(約32g/乾電池含)
●測定方法:半導体ガスセンサー ●表示方法:LCD6段階表示 ●主な付属品:アルカリ単4乾電池1本 ●1梱包入数:24入

HC-211、HC-213、HC-212のセンサー寿命について…測定回数が500回を超えた場合、または使用開始から1年間(HC-211は半年)経過した場合には正確な測定ができなくなります。

健康に過ごす

温湿度計

温湿度計 ISO9001 対象商品

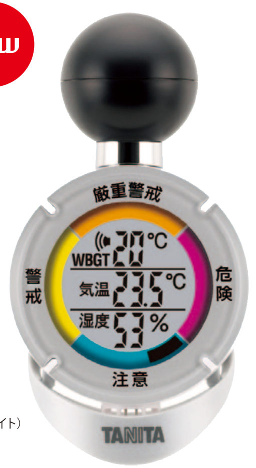
熱中症の予防対策

近年、体内の熱を放散できず脱水症状を起こす熱中症を発症する方が増えています。
熱中症は、炎天下でのスポーツや作業の時、自宅でも多く発症しています。
屋外・屋内ともに温湿度管理を行い、熱中症の発症を防ぎましょう。

屋内・屋外どちらでも使用可能。
4段階の注意レベルを異なる警告アラームでお知らせ。

New

黒球式熱中症指数計
熱中アラーム
TT-560
希望小売価格 **¥5,000**(税抜)



TT-560-WH(ホワイト)
4904785 556003

商品サイズ(質量)D36×W58×H108mm(約65g／電池、吊り下げ用アタッチメント、カラビナ含)
●測定範囲:温度0〜50℃／湿度20〜90%　●最小表示:温度0.1℃／湿度1%(30秒ごとに測定・表示)
●表示内容:熱中症予防指針(4段階12レベル)　●主な付属品:CR2032コイン形リチウム電池1個、吊り下げ用アタッチメント(ホワイト、ブルー各1本)、カラビナ1個、ドライバー1本　●1梱包入数:24入

黒球式熱中症指数計　熱中アラーム　TT-560

4段階の注意レベルで異なる警告アラームが鳴ってお知らせします。

アラーム	レベル	内容
ピィピィと約1秒間	注意レベル	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。
ピィピィピィピィ×3回 約3秒間	警戒レベル	運動や激しい作業をする際には定期的に十分に休息を取り入れる。
ピィピィ……ピィと 約30秒間	厳重警戒レベル	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
ピィーと4秒連続後2秒休止の繰り返しで約30秒間*	危険レベル	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。

*「危険」レベルでは警告アラーム音量切り替え及びOFFはできません。音を止めるときは電源OFFにしてください。

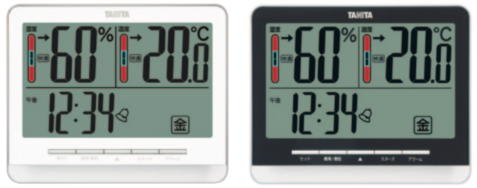
黒球式と普通の温湿度計との違い

	黒球式熱中症指数計	普通の温湿度計
日射や地面からの照り返しによる熱(輻射熱)	○	×
直射日光	○ WBGT*を正確にお知らせ	× 日陰専用

*WBGT(湿球黒球温度)…熱中症予防の指数として用いられているもので、乾球温度・湿球温度・黒球温度の値を使って計算した、人体の熱収支に影響の大きい湿度・輻射熱・気温の3つを取り入れた指標のことです。

温度・湿度の快適レベルを5段階でお知らせ。
アラーム機能・スヌーズ機能付き。
文字高44mmの見やすい大型表示。

デジタル温湿度計
TT-538
希望小売価格 **¥5,000**(税抜)



TT-538-WH(ホワイト)
4904785 553811

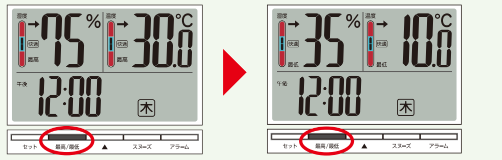
TT-538-BK(ブラック)
4904785 553804

商品サイズ(質量)D25×W182×H148mm(約380g／乾電池含)
●測定範囲:温度−5〜45℃／湿度20〜95%　●最小表示:温度0.1℃／湿度1%(30秒ごとに測定・表示)　●表示内容:温湿度経過表示、快適レベル(5段階)、過去の最高・最低温湿度表示、時計、アラーム(約60秒)、スヌーズ(5分間隔で約60秒)、カレンダー(日付・曜日表示)　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

快適ゾーン　TT-538

30秒ごとに温度、湿度を自動的に測定し、最高最低温度・湿度を自動的に記録します。

●最高最低温度・湿度を見る

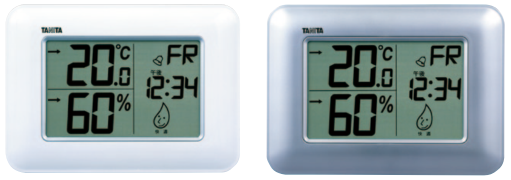


①通常表示の時に「最高／最低」スイッチを押す。

②もう一度「最高／最低」スイッチを押す。表示が切り替わり最低温度・湿度を表示します。

快適レベルを3段階のイラストでお知らせ。
アラーム機能・スヌーズ機能付き。
文字高40mmの見やすい大型表示。

デジタル温湿度計
TT-530
希望小売価格 **¥4,000**(税抜)



TT-530-WH(ホワイト)
4904785 553019

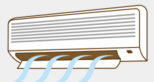
TT-530-SV(シルバー)
4904785 553002

商品サイズ(質量)D25×W230×H165mm(約350g／乾電池含)
●測定範囲:温度−9.9〜50℃／湿度20〜95%　●最小表示:温度0.1℃／湿度1%(20秒ごとに測定・表示)
●表示内容:温湿度経過表示、快適レベル(3段階)、過去の最高・最低温湿度表示、時計、アラーム(約30秒)、スヌーズ(8分間隔で約30秒)、カレンダー(日付・曜日表示)　●主な付属品:単4乾電池2本　●1梱包入数:12入

節電のポイントは温度管理

エアコンの温度設定は、消費電力に大きくかかわってきます。
1℃上げただけで、冷房の場合で約10%の節電になります。
室温をこまめに確認し、エアコンの温度を調整しましょう。

【おすすめの設定温度】
冷房　28℃
暖房　20℃



場所を選ばない小型タイプ。
マグネット・スタンド・壁掛けの3WAYタイプ。

デジタル温湿度計　**TT-550**
希望小売価格 **¥1,300**(税抜)

TT-550-YL(イエロー)
4904785 555068

TT-550-NGR(Nグリーン)
4904785 555044

TT-550-NPK(Nピンク)
4904785 555037

TT-550-PP(パープル)
4904785 555051

TT-550-WH(ホワイト)
4904785 555006

マグネット　スタンド

商品サイズ(質量)D19.2×W70×H70mm(約53g／電池含)
●測定範囲:温度−9.9〜50℃／湿度10〜95%　●最小表示:温度0.1℃／湿度1%(20秒ごとに測定・表示)　●表示内容:過去の最高・最低温湿度表示、時計、カレンダー(日付・曜日表示)
●主な付属品:LR44タイプ電池1個　●1梱包入数:24入

インテリアにマッチする置き式タイプ。
目覚しアラーム付き。

デジタル温湿度計　**TT-551**
希望小売価格 **¥1,800**(税抜)

TT-551-YL(イエロー)
4904785 555143

TT-551-NGR(Nグリーン)
4904785 555129

TT-551-NPK(Nピンク)
4904785 555112

TT-551-PP(パープル)
4904785 555136

TT-551-WH(ホワイト)
4904785 555105

快適レベルを3段階のイラストで表示
(イラストはお部屋の環境に合わせて表示されます)

乾燥　湿度10〜40%の場合に表示
快適　湿度40〜70%　温度20〜25℃の場合に表示
不快　湿度70〜95%の場合に表示

商品サイズ(質量)D45×W60×H143mm(約80.5g／乾電池含)
●測定範囲:温度−9.9〜50℃／湿度10〜95%　●最小表示:温度0.1℃／湿度1%(20秒ごとに測定・表示)　●表示内容:温度・湿度、時計(12・24時間表示)、日付・曜日、過去の最低・最高温湿度、快適レベル、アラーム　●主な付属品:単4乾電池1本　●1梱包入数:24入

温湿度計　**TT-509**
希望小売価格 **¥1,500**(税抜)

TT-509-BL(ブルー)
4904785 550926

TT-509-WH(ホワイト)
4904785 550902

TT-509-PK(ピンク)
4904785 550919

商品サイズ(質量)D30×W100×H146mm(約101g)
●測定範囲:温度−20〜40℃／湿度10〜90%　●一目盛:温度2℃／湿度5%　●1梱包入数:24入

温湿度計　**TT-515**
希望小売価格 **¥1,200**(税抜)

TT-515-GR(グリーン)
4904785 551510

TT-515-BL(ブルー)
4904785 551527

TT-515-BK(ブラック)
4904785 551534

TT-515-OR(オレンジ)
4904785 551503

商品サイズ(質量)直径130×D30mm(約130g)
●測定範囲:温度−20〜40℃／湿度10〜90%　●一目盛:温度2℃／湿度5%　●1梱包入数:24入

体組成計
ヘルスメーター
Web健康応援サービス
血圧計・電子尿糖計
睡眠計
活動量計・歩数計
電子塩分計・料理用温度計
クッキングスケール・タイマー
アルコールセンサー・ブレスチェッカー
温湿度計